BE €7,50 - D €9,00 - LUX €7,20 - PTE CONT. €7,50 - CH CT 9,90 CHF
ISSN 9772035103001
€ 4,50

'O sole mio

Più pagine, più ricette, più scuole, perfino più allegati (due, per quanti non si accontentano della copia "liscia" e scelgono quella con i libri de I Colori della Cucina)... da questo numero Alice Cucina è ancora più ricca, la più ricca in edicola! Così ricca che le pagine dell'indice fotografico non bastavano e abbiamo dovuto "restringere" graficamente l'elenco! Per un totale di 121 ricette e 14 scuole. E poi c'è il ritorno in grande stile di Antonino Esposito, lo chef della pizza che tutti ci invidiano. E a ragione: per l'occasione ci ha preparato, nel suo tempio della pizza a Sorrento, una piccola "degustazione", ovvero 3 versioni fritte e 4 alla pala da leccarsi i baffi, anche chi non li ha! E siccome la stagione si presta anche a gite con cibarie da asporto e pizzate "amatoriali" in casa/giardino, ecco, in aggiunta, un'ampia scelta di pizze in teglia e golosi grissoni per merende gourmande. Nei menu primeggiano i must di stagione: gnocchi di melanzane con datterini e stracciatella di bufala; pennette con ciliegini ripieni di olive e capperi; fusilloni con pesce spada e peperoni; ma anche spiedini succulenti, ricchissime insalate, fantasie di ratatouilles, 5 variazioni sul tema della parmigiana, e tanta buona cucina di mare: a carpaccio, al forno, in zuppetta, fritta... tutta irresistibile! New entry anche in area dolci: il pasticciere Armando Palmieri, in Tv sul Canale Alice (221 DT), con "Il giro del mondo in 80 dolci", esordisce anche nelle pagine del nostro magazine, con tre grandi classici anglosassoni (cheesecake, scones con lemon curd e cookies) eseguiti a regola d'arte. La neo-mamma Giulia Steffanina, invece, si prodiga in minicake con messaggio, per dirlo... con un dolce; mentre, per la pasticceria casalinga, sono protagonisti i deliziosi frutti di bosco. Non mancano le golosissime creazioni del *maître chocolatier* Gianluca Aresu, che qui ci regala biscotti di raffinata *haute pâtisserie*. Non finiscono certo qui le proposte del nostro ricettario di giugno, ma come "assaggini" ci sembrano invitanti. O no?!

La Redazione

Foto di Giorgia Nofrini

COVER
Foto e styling di Barbara Santoro

LA NOSTRA CUCINA

194

I PROTAGONISTI DI QUESTO NUMERO
Antonino Esposito
PAG. 16
Daniele Persegani
PAG. 24
Massimo Malantrucco
PAG. 38
Roberto Valbuzzi
PAG. 48
Mattia Poggi
PAG. 54
Fabio Campoli
PAG. 68
Gregori Nalon
PAG. 74
Massimo Piccheri
PAG. 80
Monica Bianchessi
PAG. 90
Michele Chinappi
PAG. 126
Gianluca e Cristiano Nosari
PAG. 140
Giovanni Gandino
PAG. 156
Gianluca Aresu
PAG. 164
Armando Palmieri
PAG. 172
Giulia Steffanina
PAG. 178
Felicetta Argentino
PAG. 186
Susy Grossi
PAG. 202

LE RUBRICHE

www.Alice.tv

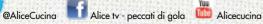
L'ITINERARIO

INDICE RICETTE A PAG. 12
INDIRIZZI UTILI A PAG. 204
INDICE ALFABETICO RICETTE A PAG. 205

SCOPRI LA VERSIONE **TABLET**

Scarica l'app gratuita di **Alice Cucina**: avrai la comodità di un magazine sempre a portata di mano e in più ricchi contenuti multimediali.

SEGUICI SU

 @AliceCucina Alice tv - peccati di gola Alicecucina

Alice Cucina e Alice Tv sono presenti su tutti i social network, segui gli aggiornamenti, le ricette, i protagonisti ai fornelli su Facebook, Twitter, Youtube e Pinterest, entra nella community delle nostre cucine postando le tue foto, commentando i piatti e suggerendo i tuoi ingredienti!

Al.ma MEDIA

AL.MA MEDIA S.R.L.
Via Tenuta del Cavaliere 1
Centro Direzionale CAR - Edificio A
00012 Guidonia Montecelio (RM)
tel. +39 06.89676008 fax +39 06.89676000
alma.desk.food@almamail.tv

PRESIDENTE E AMMINISTRATORE DELEGATO Ermanno Ruscitti
RESPONSABILE AMMINISTRATIVO Cinzia Perugini
Corrado Azzolini - *corrado.azzolini@almamail.it*
Luciano La Tona - *luciano.latona@almamail.it*
RELAZIONI ESTERNE Giacomina Valenti - *giacomina.valenti@almamail.it*

DIRETTORE RESPONSABILE
Valter La Tona
VICEDIRETTORE
Giulia Macrì - *giulia.macri@almamail.it*
CAPOREDATTORE
Francesco Monteforte Bianchi - *francesco.monteforte@almamail.it*
REDAZIONE
Emanuela Bianconi - *emanuela.bianconi@almamail.it*
SEGRETERIA DI REDAZIONE
Chiara Orati - *chiara.orati@almamail.it*
GRAFICA
Francesca Ottaviano - *francesca.ottaviano@almamail.it*
Alessia Carrozzi, Simona Ferri
HANNO COLLABORATO
Gianluca Aresu, Felicetta Argentino, Monica Bianchessi, Fabio Campoli, Michele Chinappi, Antonino Esposito, Giovanni Gandino, Susy Grossi, Massimo Malantrucco, Gregori Nalon, Giuseppe Nocca, Cristiano Nosari, Gianluca Nosari, Armando Palmieri, Daniele Persegani, Massimo Piccheri, Mattia Poggi, Giulia Steffanina, Roberto Valbuzzi
FOTO
Alice Adams, Elisa Andreini, Antonella Aravini, Raffaella Caucci, Silvia Censi, Claudia Cucinelli, Emanuela De Santis, Giorgia Nofrini, Haley Polinsky, Massimiliano Rella, Alessandro Romiti, Sabrina Rossi, Emanuela Rota, Barbara Santoro, Marie Sjöberg, Francesco Strazzacappa, Stefania Zecca, Rossella Venezia

CONCESSIONARIA ESCLUSIVA
AL.MA MEDIA S.R.L.
Sede Milano - via Boccaccio, 4 - 20123 Milano
tel. +39 02.55.410.829 - fax +39 02.55.410.734

Area Centri Media - Key Client
Luciano Pedrini

RESPONSABILE TESTATA
Raffaele Taliercio - *raffaele.taliercio@almamail.it* - tel. +39 02.55.41.08.15

STAMPA
Nuovo Istituto Italiano d'arti Grafiche S.p.a.
via Zanica, 92 - 24126 Bergamo
tel. +39 035.329.1

DISTRIBUZIONE ITALIA
M-DIS Distribuzione Media spa
via Cazzaniga, 19 - 20132 Milano
tel. +39 02.25.821
DISTRIBUZIONE INTERNAZIONALE
JOHNSONS INTERNATIONAL NEWS ITALIA spa
via Valparaiso, 4 - 20144 Milano
tel. +39 02.43.98.22.63 - fax +39 02.43.91.64.30

Numero 6 - Anno IX - Giugno 2016
Reg. Trib. Roma N° 305/2008 del 18 Settembre 2008

FINITO DI STAMPARE Maggio 2016

SERVIZIO ABBONAMENTI E ARRETRATI
Informazioni: tel. 039 99.91.541- fax 039 99.91.551
Orari: 9-13 / 14-18 dal lunedì al venerdì

La ricetta del mese!

SCUOLA DI CUCINA

Tropical cheesecake alla papaya e mango

Ingredienti (per 4-6 persone)

per la base
150 g di farina di cocco
200 g di farina
100 g di burro
100 g di zucchero a velo
2 uova

per la farcia
220 g di formaggio cremoso spalmabile
150 g di panna fresca da montare
100 g di zucchero
75 g di latte condensato
1 papaya; 1/2 mango
3 fogli di colla di pesce
latte

per la guarnizione
frutta tropicale a piacere (mango, ananas, papaya, banana)

vi serve inoltre
burro

Foto di Claudia Cucinelli

1

FRULLATE LA FRUTTA

Lavate, sbucciate e tagliate a tocchetti il mango e la papaya, quindi frullateli con un mixer a immersione. Miscelate le due farine e fate la classica fontana. Rompete al centro le uova, unite il burro a pezzetti e lo zucchero, e lavorate fino a ottenere un impasto sodo e omogeneo. Formate una palla, coprite e fate riposare per circa mezz'ora.

2

SCIOGLIETE LA COLLA DI PESCE

Mettete in ammollo la colla di pesce. Scaldate due cucchiai di latte al microonde e unite la colla di pesce ben strizzata, mescolando per far sciogliere bene. Trascorso il tempo di riposo, stendete la base in una sfoglia spessa circa 1 cm e rivestitevi 1 stampo a cerniera da 20 cm di diametro, imburrato e foderato con un disco di carta forno tagliato a misura. Versate i fagioli secchi sulla base e infornate a 160 °C per circa 20 minuti. Levate e tenete da parte.

PREPARATE LA FARCIA

Montate leggermente la panna con lo zucchero, unite il formaggio cremoso, la purea di frutta e la colla di pesce sciolta, e mescolate. Infine unite il latte condensato e amalgamate perfettamente.

4

COMPLETATE E FATE RIPOSARE

Per facilitare la sformatura successiva, togliete la base di frolla dallo stampo, foderate con pellicola trasparente e riposizionate la base sul fondo. Versate la crema sulla frolla e fate riposare in frigorifero per 4-5 ore. Trascorso il tempo di riposo, togliete l'anello e sformate la torta, aiutandovi con la pellicola che poi eliminerete. Impiattate, decorate con la frutta tropicale a pezzetti, e servite.

ANTIPASTI E SFIZI

PRIMI

SECONDI CONTORNI E PIATTI UNICI

SECONDI CONTORNI E PIATTI UNICI

PIZZA PANE & CO.

PIZZA PANE & CO.

150 PIZZA ALLA NORMA CON MELANZANE

151 PIZZA INTEGRALE AL SAPORE DI TIELLA

152 PIZZA INTEGRALE CON SALMONE

156 GRISSONI CURRY E RICOTTA

158 GRISSONI POMODORO

159 GRISSONI POLENTA E GRANA

160 GRISSONI CASTAGNE E CAFFÈ

161 GRISSONI LIMONE E ANETO

162 GRISSONI ZUCCHINE E ZAFFERANO

CONSERVE

194 MELANZANE SOTT'OLIO

195 FETA E OLIVE TAGGIASCHE

196 RAVANELLI PICCANTI IN AGRODOLCE

198 DATTERINI GIALLI E ROSSI AL NATURALE

203 TACCOLE AL NATURALE

DOLCI E DESSERT

10 TROPICAL CHEESECAKE ALLA PAPAYA E MANGO

46 CREMA IN COCOTTE CON ALBICOCCHE

78 FIORI DI ZUCCHINA CON SALSA

165 NOISETTES

167 SEGRETI AL CIOCCOLATO E RUM

169 ARESELLI

170 CUCCIOLI

173 CHEESECAKE AI FRUTTI ROSSI

174 DOUBLE, ANZAC E SHORTBREAD

176 SCONES

177 LEMON CURD

178 DIMMI DI SÌ

179 BISCOT…TI AMO!

180 NEWBORN CUPCAKE

181 SCUSA!

182 SOCIAL CAKE: MI PIACE!

186 DELIZIA DI FROLLA AI FRUTTI DI BOSCO

187 SEMIFREDDO CON FRUTTI DI BOSCO

188 CLAFOUTIS CON MIRTILLI E MORE

190 CIAMBELLA AI FRUTTI DI BOSCO

191 COPPETTE DI YOGURT E FRUTTI DI BOSCO

192 TIRAMISÙ AI FRUTTI DI BOSCO

Benvenuti al SUD

IL MAESTRO PIZZAIOLO ANTONINO ESPOSITO CI ACCOGLIE NELLA SUA SPLENDIDA SORRENTO CONQUISTANDOCI CON PIZZE FRAGRANTI E GOLOSE. LAVORATE CON AMORE E FANTASIA, VENGONO COTTE IN FORNO OPPURE FRITTE IN OLIO BEN CALDO, E INFINE FARCITE CON MATERIE PRIME D'ECCELLENZA. PENSATE PER SODDISFARE PROPRIO TUTTI, ANCHE VEGANI E INTOLLERANTI AI LATTICINI, SONO UNA PIÙ INVITANTE DELL'ALTRA

di EMANUELA BIANCONI; ricette di ANTONINO ESPOSITO
foto di BARBARA SANTORO

Impasto base per pizza fritta

Ingredienti

850 g di farina (300 W)
500 ml di acqua
20 g di sale
3 g di lievito
(o 20 g di lievito madre)

Preparazione

1. In una terrina versate 100 ml di acqua tiepida, sbriciolate il lievito e fate sciogliere; aggiungete 100 g di farina e mescolate energicamente fino a ottenere una sorta di cremina. Coprite con un telo e fate lievitare per circa mezz'ora.

2. Fate la classica fontana con la farina restante, unite al centro la cremina e iniziate a impastare; incorporate gradualmente l'acqua restante e infine il sale, e proseguite a lavorare energicamente fino a ottenere un composto sodo e omogeneo.

3. Formate una palla, trasferitela in una ciotola, coprite con un foglio di pellicola trasparente e fate riposare in frigorifero per 24 ore. Trascorso il tempo di riposo, dividete l'impasto ottenuto in panetti da 200 g l'uno e trasferiteli su un piano di lavoro. Copriteli e fateli lievitare fino al raddoppio del volume iniziale.

Pizza fritta con scarola olive capperi e pomodorini

Ingredienti

200 g di pasta per pizza
100 g di scarola fresca già pulita
100 g di pomodorini datterino
100 g di ovoline di bufala
20 g di olive
10 g di capperi
4-5 filetti di acciughe sott'olio
olio di semi di arachide
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Con i polpastrelli stendete la pasta in una sfoglia circolare, stando attenti a lasciare il bordo alto circa 1 cm. Bucherellate il fondo con i rebbi di una forchetta. Lavate i pomodorini e tagliateli a spicchi.

2. In una ciotola raccogliete la scarola fresca, tagliata a listerelle, le olive, i capperi dissalati, i filetti di acciuga, ben scolati, e i pomodorini. Condite con un filo di olio e un pizzico di sale, mescolate e tenete da parte.

3. In una padella dai bordi alti scaldate abbondante olio di semi e friggetevi la pizza, avendo cura di girarla più volte. Quando sarà leggermente dorata, scolatela e fatela asciugare con carta assorbente da cucina. Farcite la pizza con il condimento preparato e le ovoline di bufala, e servite immediatamente.

Pizza fritta con caciottina e pomodorini confit

Ingredienti (per 4 persone)

200 g di pasta per pizza
1 caciottina fresca
1 ciuffo di mentuccia
olio di semi di arachide

per i pomodorini confit

150 g di pomodorini datterino
1 ciuffo di erbe aromatiche miste (mentuccia, basilico, origano, prezzemolo)
1 arancia; 1 limone
zucchero
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Per i pomodorini confit: lavate i pomodorini, disponeteli in una teglia, foderata con carta forno, e conditeli con un filo di olio e un pizzico di sale. Profumate con la scorza grattugiata degli agrumi e le erbe aromatiche, tritate. Cospargete con un pizzico di zucchero, infornate a 180 °C e fate cuocere per circa 2 ore.

2. Trascorso il tempo di cottura, sfornate e tenete da parte. Con i polpastrelli stendete la pasta in una sfoglia circolare, stando attenti a lasciare il bordo alto circa 1 cm. Bucherellate il fondo con i rebbi di una forchetta.

3. In una padella dai bordi alti scaldate abbondante olio di semi e friggetevi la pizza, avendo cura di girarla più volte. Quando sarà leggermente dorata, scolatela e fatela asciugare con carta assorbente da cucina. Farcite la pizza con i pomodorini confit e la caciottina, tagliata a dadini, e servite immediatamente.

Pizza fritta vegana

Ingredienti

200 g di pasta per pizza
1 zucchina; 1 melanzana
1 pomodoro; 1 cipolla
1 patata già lessata
100 g di zucca già mondata
2 carciofi; 2-3 pomodorini gialli e rossi
1 rametto di rosmarino
olio di semi di arachide
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Lavate e spuntate la melanzana e la zucchina, quindi tagliatele a fettine. Pulite i carciofi e fateli a spicchi; sbucciate la cipolla e tagliatela a rondelle. Lavate il pomodoro e tagliatelo a fettine. Fate lo stesso con la zucca. Scaldate per bene una piastra, disponete le fette di verdure e grigliatele su entrambi i lati. Levatele, conditele con un filo di olio e un pizzico di sale, e tenete da parte.

2. Sbucciate la patata, tagliatela a dadini e conditeli con un filo di olio, un pizzico di sale e un po' di rosmarino, tritato. Con i polpastrelli stendete la pasta in una sfoglia circolare, stando attenti a lasciare il bordo alto circa 1 cm. Bucherellate il fondo con i rebbi di una forchetta.

3. In una padella dai bordi alti scaldate abbondante olio di semi e friggetevi la pizza, avendo cura di girarla più volte. Quando sarà leggermente dorata, scolatela e fatela asciugare con carta assorbente da cucina. Farcite la pizza con le verdure grigliate, i pomodorini gialli e rossi e i dadini di patata, e servite immediatamente.

ALICE TV

Antonino Esposito è in onda con il programma "PIACERE PIZZA". In onda su Alice tv!

Pizza Acqu'e Sale
(pag. 20)
PIZZE ALLA PALA
Passione Pizza
Pivetti

Impasto base per pizza alla pala

Ingredienti

700 g di farina 0
500 ml di acqua
20 g di sale
2 g di lievito
(o 40 g di pasta di riporto)
30 g di olio extravergine di oliva

Preparazione

1. In una terrina versate 100 ml di acqua tiepida, sbriciolate il lievito e fate sciogliere; aggiungete 100 g di farina e mescolate energicamente fino a ottenere una sorta di cremina. Coprite con un telo e fate lievitare per circa mezz'ora.

2. In un'altra terrina versate 350 ml di acqua e unite una parte della farina, versandola a pioggia. Iniziate a impastare, unite la cremina e proseguite a lavorare il composto, incorporando altra farina.

3. Quando il composto sarà ancora umido, aggiungete il sale e la farina restante, e proseguite a impastare. Incorporate infine 50 ml di acqua e l'olio, e lavorate energicamente fino a ottenere un composto sodo e omogeneo.

4. Dategli forma di palla, trasferitela in una ciotola, coprite con un foglio di pellicola trasparente e lasciate riposare in frigorifero per 24 ore.

5. Trascorso il tempo, dividete l'impasto ottenuto in panetti e trasferiteli su un piano di lavoro. Copriteli e lasciateli lievitare fino al raddoppio del volume iniziale.

Pizza Acqu'e Sale

Ingredienti

400 g di pasta per pizza
150 g di pomodorini gialli
150 g di pomodorini rossi
200 g di ovoline di bufala
160 g di fiordilatte
6 filetti di acciughe
colatura di alici di Cetara
olio extravergine di oliva

Preparazione

1. Con i polpastrelli stendete la pasta in una sfoglia ovale o tonda, stando attenti a lasciare il bordo alto circa 1 cm. Bucherellate il fondo con i rebbi di una forchetta e condite con un filo di olio. Distribuite il fiordilatte sulla pizza e infornate in forno già caldo al massimo della temperatura, aggiungendo una terrina con acqua calda, e portate a cottura.

2. Lavate i pomodorini, tagliatene una parte a metà e ai restanti praticate una piccola incisione. Raccoglieteli in una ciotola e unite le ovoline di bufala e un filo di colatura di alici (per la quantità regolatevi in base al gusto: il sapore della colatura è molto intenso).

3. Trascorso il tempo di cottura, sfornate la pizza e distribuite sopra il condimento. Guarnite con i filetti di acciughe e servite.

Pizza Sorrento

Ingredienti

400 g di pasta per pizza
160 g di fiordilatte
60 g di gherigli di noce di Sorrento
60 g di provolone del Monaco
1 limone
olio extravergine di oliva

Preparazione

1. Stendete la pasta in una sfoglia ovale o tonda, stando attenti a lasciare il bordo alto circa 1 cm. Bucherellate il fondo con i rebbi di una forchetta e condite con un filo di olio a crudo. Tagliate il fiordilatte a dadini e distribuiteli sulla sfoglia.

2. Infornate in forno già caldo al massimo della temperatura, aggiungendo una terrina con acqua calda, e fate cuocere per circa 15 minuti. Levate, distribuite sopra i gherigli di noce e portate a cottura.

3. Appena la pizza sarà cotta, sfornatela e guarnite con scaglie di provolone del Monaco e scorzette di limone. Portate in tavola e servite.

La stella Molisana
(pag. 23)

I.P.

La Mozzarella Bella Molisana, frutto di un'antica ricetta naturale (solo latte, caglio e sale) e di un lento e naturale processo di maturazione, è un ingrediente d'eccellenza per una gustosa pizza filante! Consigliamo di farla sgocciolare prima dell'utilizzo, per eliminare il latticello che potrebbe rendere troppo umida la pizza.

Per una pizza unica il pomodoro ideale è il datterino. Questa speciale varietà viene coltivata in collina, a un'altitudine di oltre 500 metri, nel comune beneventano di San Bartolomeo in Galdo. Il microclima della zona e la conformazione del terreno ne permettono la coltivazione senza irrigazione, che conferisce al prodotto una particolare dolcezza.

I.P.

La stella Molisana

Ingredienti

**280 g di pasta per pizza; 60 g di fiordilatte Bella Molisana; 40 g di fior di ricotta
4 pomodorini rossi e gialli; 1 ciuffo di basilico; olio extravergine di oliva; sale**

per la guarnizione
1 fiordilatte Bella Molisana

Preparazione

1. Con i polpastrelli stendete la pasta in una sfoglia circolare, stando attenti a lasciare il bordo alto circa 1 cm. Con una rotella per pizza praticate due tagli di 3 cm al centro della pizza, così da formare una croce. Lavate i pomodorini, conditeli con un filo di olio e un pizzico di sale, e teneteli da parte.

2. Tagliate a cubetti il fiordilatte, raccoglieteli in un colapasta e lasciateli scolare per una decina di minuti. Distribuite i cubetti di fiordilatte e i ciuffetti di fior di ricotta intorno alla croce fatta. Partendo dal centro della croce, prendete i quattro lembi di pasta, portateli verso l'estremità e sigillate bene i bordi.

3. Con un filo di olio spennellate la superficie della pizza e infornatela per circa 10-15 minuti in forno già caldo al massimo della temperatura, aggiungendo una terrina con acqua calda. Una volta a cottura, sfornate la pizza e decoratela con i pomodorini conditi. Profumate con qualche fogliolina di basilico, mettete al centro il fiordilatte intero e servite.

Pizza ai 4 pomodori

Ingredienti

**280 g di pasta per pizza; 50 g di pomodori pelati San Marzano La Torrente
6 pomodorini rossi e gialli La Torrente; 4 filetti di pomodoro La Torrente
1 spicchio di aglio; 1 pizzico di origano; 1 ciuffo di basilico; olio extravergine di oliva; sale**

Preparazione

1. Con i polpastrelli stendete la pasta in una sfoglia circolare, stando attenti a lasciare il bordo alto circa 1 cm. Schiacciate i pomodori pelati e raccoglieteli in un piatto fondo; aggiungete lo spicchio di aglio, condite con un filo di olio e un pizzico di sale, e profumate con un po' di origano. Mescolate e tenete da parte.

2. Infornate la pizza in forno già caldo al massimo della temperatura, aggiungendo una terrina con acqua calda. A metà cottura, distribuite sopra i pomodori pelati, i pomodorini rossi e gialli e i filetti di pomodoro, e condite con un filo di olio. Una volta a cottura, sfornate la pizza, guarnite con 1 ciuffo di basilico e servite.

BURRATA E STRACCIATELLA DONANO QUEL TOCCO IN PIÙ AL MENU DI DANIELE PERSEGANI. AGGIUNTE A FREDDO, PER MANTENERE INTATTI CONSISTENZA E SAPORE, ESALTANO ANTIPASTI, PRIMI PIATTI E CRUDI DI CARNE E PESCE

di EMANUELA BIANCONI; ricette di DANIELE PERSEGANI*
foto di GIORGIA NOFRINI; food stylist ALICE ADAMS

(E) STATE *freschi!*

*✱ Classe 1972, **Daniele Persegani** abita a Castelvetro Piacentino, paese agricolo della bassa Emilia, sulle rive del Po. Qui, insieme alla sorella, è il proprietario dell'Osteria del Pescatore, ristorante specializzato in cucina di tradizione (la pasta si fa ancora a mano e il brodo viene realizzato con tre tipi di carne!). Docente di cucina presso l'istituto Alberghiero di Salsomaggiore Terme, è spesso presente anche in tv!*

Quiche di zucchine alla maggiorana con stracciatella capperi e alici

(pag. 26)

Quiche di zucchine alla maggiorana con stracciatella capperi e alici

Ingredienti (per 4 persone)

250 g di pasta brisée; 500 g di stracciatella; 500 g di zucchine; 5 uova 1 spicchio di aglio; 50 g di parmigiano; 100 g di panna fresca; 40 g di capperi dissalati 40 g di acciughe sott'olio; 1 ciuffo di maggiorana; olio extravergine di oliva; sale e pepe

Preparazione

1. Lavate e spuntate le zucchine, quindi tagliatele a rondelle. In una padella fate rosolare l'aglio con un filo di olio; unite le zucchine, regolate di sale, profumate con una macinata di pepe e fatele saltare su fiamma vivace.

2. Quando le zucchine saranno cotte ma ancora croccanti, levatele e raccoglietele in una ciotola. Unite un po' di maggiorana tritata, le uova, il parmigiano grattugiato e la panna fresca, e mescolate delicatamente.

3. Stendete la pasta brisée e rivestitevi una tortiera. Versate il composto a base di uova e zucchine e infornate a 170 °C per circa 35-40 minuti. Nel frattempo tritate i capperi e le acciughe, ben scolate dall'olio di conservazione. Trascorso il tempo di cottura, levate e lasciate intiepidire. Tagliate la quiche a fette, guarnite ciascuna fetta con una cucchiaiata di stracciatella, una noce del composto di acciughe e capperi e una fogliolina di maggiorana, e servite.

Tortini di patate alle erbe con pancetta e stracciatella

Ingredienti (per 4 persone)

500 g di patate; 300 g di stracciatella; 12 fette di pancetta stufata; 4 uova 50 g di panna fresca; 50 g di parmigiano; 1 ciuffo di timo, salvia, rosmarino e origano; burro; olio extravergine di oliva; sale e pepe

Preparazione

1. Sbucciate le patate e tagliatele a dadini. In una padella scaldate un filo di olio, unite le patate e fatele saltare per una decina di minuti. Regolate di sale e di pepe, e profumate con le erbe aromatiche, tritate finemente. In una ciotola sbattete le uova con la panna e il parmigiano grattugiato.

2. Imburrate gli stampini monouso e poi foderateli con le fette di pancetta stufata; distribuite le patate all'interno e poi completate con il composto a base di uova. Trasferite gli stampini in una teglia e infornate a 170 °C per circa 20-25 minuti.

3. Trascorso il tempo di cottura, levate e sformate nei piatti da portata. Guarnite con la stracciatella e qualche erbetta aromatica. Profumate con una macinata di pepe e servite tiepido.

Tortini di patate alle erbe con pancetta e stracciatella

Gnocchi di melanzane con datterini spadellati e stracciatella

Ingredienti (per 4 persone)

3 melanzane grosse
500 g di stracciatella
4 uova
150 g di ricotta
50 g di parmigiano
1 ciuffo di basilico
1 spicchio di aglio
800 g di pomodori datterini
farina 00
olio extravergine di oliva
sale e pepe

1

INFORNATE LE MELANZANE

Lavate le melanzane e tagliatele a metà, quindi incidetele con uno spelucchino e trasferitele in una teglia. Conditele con un pizzico di sale, profumate con una macinata di pepe e infornate a 180 °C per circa 35 minuti.

2

PREPARATE GLI GNOCCHI

Trascorso il tempo di cottura, levate le melanzane e lasciatele intiepidire. Con un cucchiaio prelevate la polpa e raccoglietela in un mixer da cucina; unite le uova, la ricotta, il parmigiano e qualche fogliolina di basilico, e frullate. Trasferite il composto su una spianatoia e incorporate la farina necessaria a ottenere un impasto morbido e omogeneo.

3

LESSATELI

Tagliate i datterini a spicchietti e fateli saltare in una padella con l'aglio e un filo di olio per qualche minuto. Al termine regolate di sale e di pepe. Con l'impasto ottenuto formate tanti rotolini, tagliateli a pezzetti di circa 3-4 cm e tuffateli in acqua bollente e salata.

4

CONDITE E SERVITE

Man mano che gli gnocchi vengono a galla, scolateli per bene e fateli saltare nella padella con i datterini e qualche foglia di basilico. Levate, distribuite nei piatti individuali, completate con la stracciatella e servite.

Tortelli con gamberi e burrata

Ingredienti (per 4 persone)

per la pasta
**400 g di farina; 4 uova; 1 cucchiaio di olio di semi
1 cucchiaio di triplo concentrato di pomodoro**

per il ripieno
**400 g di code di gambero già pulite
300 g di burrata; 1 ciuffo di prezzemolo
sale e pepe**

per il condimento
**40 g di burro; 1 rametto di timo
sale**

1

PREPARATE LA PASTA

Fate la classica fontana con la farina, unite al centro le uova, l'olio e il triplo concentrato di pomodoro, e impastate fino a ottenere un composto sodo e omogeneo. Formate una palla, avvolgete con pellicola trasparente e fate riposare in frigorifero per circa un'ora.

2

PASSATE AL RIPIENO

Tritate finemente le code di gambero e unitele alla burrata; profumate con il prezzemolo tritato, regolate di sale e di pepe, e amalgamate per bene.

FARCITE I DISCHI DI PASTA

Stendete la pasta in una sfoglia sottile, quindi ritagliate tanti dischi con uno stampino e distribuite al centro una noce di ripieno.

4

FORMATE I TORTELLI E COMPLETATE

Piegate i dischi a mezzaluna e sigillate bene i bordi. Lessate i tortelli in acqua bollente e leggermente salata, quindi scolateli e conditeli con il burro spumeggiante aromatizzato al timo. Impiattate e servite.

SECONDI

Tartare di vitellone con battuto al verde e burrata

(pag. 34)

32

Carpaccio di spigola al piccante con agretti al lime e burrata

(pag. 34)

Tartare di vitellone con battuto al verde e burrata

Ingredienti (per 4 persone)

**700 g di polpa di vitellone magra; 400 g di burrata; 100 g di cetriolini sott'aceto
1 vasetto di acciughe sott'olio; 1 cucchiaio di capperi dissalati; 1 ciuffo di prezzemolo
10 gocce di tabasco; 1 cucchiaio di senape dolce; 2 limoni; 4 fette di pane casereccio
olio extravergine di oliva; sale e pepe**

Preparazione

1. Tritate finemente al coltello la polpa di vitellone; a parte fate un trito di cetriolini, acciughe, capperi e prezzemolo, e uniteli alla carne; aggiungete la senape, il tabasco e la scorza di limone grattugiata. Regolate di sale e di pepe, e amalgamate accuratamente. Coprite e trasferite la tartare in frigorifero per almeno un'oretta.

2. Tagliate a fettine il pane casereccio e tostatele in forno o su una griglia. Aiutandovi con uno stampino a cupoletta, distribuite la tartare nei piatti da portata. Guarnite con la burrata e un po' di prezzemolo tritato, e condite con un filo di olio a crudo. Accompagnate con i crostini tostati e servite.

Carpaccio di spigola al piccante con agretti al lime e burrata

Ingredienti (per 4 persone)

**800 g di filetto di spigola; 400 g di burrata; 300 g di sale grosso; 300 g di zucchero
2 rametti di timo; 2 limoni; 2 arance; 2 peperoncini rossi freschi; 800 g di agretti
3 lime; 2-3 bacche di ginepro; olio extravergine di oliva; sale**

Preparazione

1. In una ciotola miscelate il sale grosso, lo zucchero, la scorza dei limoni e delle arance grattugiata, il timo, sfogliato e tritato, e le bacche di ginepro, pestate. Versate una parte del composto in una teglia e disponete sopra il filetto di spigola. Coprite con quello restante, sigillate con pellicola trasparente e trasferite in frigorifero per almeno 12 ore.

2. Pulite gli agretti e scottateli in acqua leggermente salata; in una padella scaldate un filo di olio con i peperoncini, tagliati a rondelle; aggiungete gli agretti, salate leggermente e fateli saltare per una decina di minuti.

3. Trascorso il tempo di riposo della spigola, eliminate il sale e sciacquatela sotto l'acqua corrente fredda. Tagliatela a fettine sottili e distribuitele nei piatti da portata. Conditele con un filo di olio e la scorza dei lime, tagliata a filetti; guarnite con qualche spicchio di lime e fiocchetti di burrata, e servite.

© Silikomart

IL TRIANGOLO SÌ

La linea Fancy&Function di Silikomart si arricchisce del nuovo ed esclusivo stampo *Cake 'N Slice*: con una raffinata decorazione a trama triangolare, da riempire con cioccolato o altri ingredienti, consente di realizzare **torte** e **semifreddi golosi** e al tempo stesso originali. Lo stampo è realizzato in silicone 100% Made in Italy, e resiste a temperature che variano da -60 a +230 °C. Prezzo: 16,90 euro.

UNA MELA AL GIORNO

Trasparenza, tracciabilità e alta qualità sono i tratti distintivi dei prodotti Bio Val Venosta. La Mela Golden Bio Val Venosta incarna questi concetti: inconfondibile, grazie alla tipica "faccetta rossa", ha **polpa succosa** e **croccante**. La **coltivazione biologica** garantisce la rinuncia a sostanze chimiche, l'uso di fertilizzanti organici e metodi di gestione del suolo a basso impatto ambientale. Il risultato? Mele sanissime ed eccezionali nel gusto.

L'APERITIVO È VEGAN

Voglia di un **aperitivo stuzzicante** e al tempo stesso leggero? Provate le chips di mais di Sarchio, azienda che dal 1982 è sinonimo di alimentazione sana e naturale. A base di pochi e selezionati ingredienti biologici, queste chips non contengono olio di palma – vengono **cotte** solo **in olio di semi di girasole** – e vengono preparate utilizzando solo chicchi interi essiccati naturalmente.

PROSIT!

Due le **proposte enoiche** dell'azienda Santa Margherita: il Pinot Griglio Impronta del Fondatore e Il Pinot Bianco Athesis. Due espressioni profondamente differenti – per storia, terroir, tecnica produttiva e filosofia di approccio – che condividono il territorio di provenienza, l'**Alto Adige**, e la ricerca della fragranza e la vitalità primaverili.

DRESSING CODE

Develey, storica azienda tedesca, presenta sul mercato Dressing, una **linea di condimenti** pensata per dare un tocco di originalità e raffinatezza ai piatti di tutti i giorni, in particolare **insalate** e **verdure**. Realizzata con ingredienti selezionati e di alta qualità, è disponibile in cinque varianti di gusto: Dressing Cocktail, Dressing Caesar, Dressing con erbette, Dressing con Yogurt e Dressing Mediterranea.

LA CHAMADE

Una location ideale per mettere a confronto la tradizione e l'innovazione: l'imprenditore dello storico locale, Giovanni Di Vaio, è conosciuto per aver rappresentato, trent'anni orsono, l'avanguardia della pizza a metro nell'area a nord di Napoli; i figli, i pizzaioli Valerio ed Emanuele Di Vaio si caratterizzano oggi per essere portatori di una nuova filosofia gourmet nello stesso territorio.
Uno stile, quello dei due pizzaioli gourmet che viene attuato in maniera maniacale, con un attaccamento alle piccole produzioni agroalimentari del territorio campano, alla ricerca dei migliori ingredienti possibili da utilizzare per il benessere degli amanti della pizza.

La Chamade
Via San Nullo, 48 - Licola, Giugliano in Campania (NA)
Tel. 081 8047635 - info@chamade.it

PIZZERIA FRIGGITORIA
DONNA SOFIA
ai Tribunali

DONNA SOFIA AI TRIBUNALI

Un piccolo locale dedicato alla pizza di qualità e gourmet nella onnivora e brulicante via Tribunali.
Qui nel 1936 il signor Gaetano Esposito aveva il suo forno. Con il profumo del suo pane si svegliava all'alba tutto il circondario. Dai vicoli, le donne uscivano per andare a comprarne un pezzo ancora caldo e fumante. Tra tutte la più bella: Sofia, il sogno di ogni napoletano. A lei, a distanza di tanti anni, i nipoti Gaetano e Marco Zarelli, intitolano la loro pizzeria nata nel 2012 con il desiserio di ritornare nel locale che fu del nonno per portare ancora una volta il profumo di buono di casa propria nella strada più popolare per la pizza di tutta la città di Napoli.

Donna Sofia ai Tribunali - Classico e Gourmet
Via Tribunali, 89 - Napoli
Tel. 081 290822 - info@pizzeriadonnasophia.it

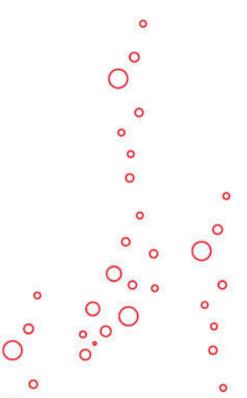
JOE SCARPETTA

Joe Scarpetta ha quell'atmosfera familiare e nostalgica che si respira nei tanti ristoranti italiani oltreoceano.
Il bianco e il nero delle fotografie appese su tutte le mura, l'autenticità della tradizione che prende vita dai suoi piatti, il calore della condivisione di un momento unico in un ambiente fuori dal tempo.

Joe Scarpetta
Via Giuseppe Ferrari, 2 - Monza
Tel. 039 2848034 - info@joescarpetta.it
www.joescarpetta.it

LA CASCINA DI PETER PAN

La CASCINA DI PETER PAN diviene sempre più il luogo ideale per pranzi e cene con la famiglia, cerimonie e feste di sicuro successo.
La location si appresta ad aprire gli spazi esterni al pubblico offrendo un parco adiacente, riservato ai più piccoli, attrezzato per accogliere un'irresistibile area giochi con gonfiabili e giostre.
I bambini sono i protagonisti della "CASCINA DI PETER PAN" con un menu a loro dedicato in una atmosfera che ricorda il mondo delle fiabe. I più piccoli non possono che "impadronirsi" di questa location che si offre perfetta per il divertimento sicuro sia all'interno che all'aria aperta.

La Cascina di Peter Pan
Strada Vigentina, 1 - Opera (MI)
Tel. 02 57600495

PIZZERIA AL TRANCIO

Ambiente ospitale, servizio veloce ed estremamente chiaro e gentile. La pizza è veramente buona con una scelta semplice ma completa.
Consigliatissimo per una serata tra amici ma anche per un pasto veloce ma che non tradisce mai.

Pizzeria al Trancio
Via Milano, 13 - Garbagnate Milanese (MI)
Tel. 02 9953453

Dedicato a chi ogni giorno porta in tavola qualità e cultura.

Ferrarelle vuole ringraziare e sostenere i ristoratori, chef, pizzaioli e tutte le persone che lavorano ogni giorno con passione, professionalità e vitalità dediti nel promuovere la cultura della tavola, la qualità del buon cibo e della convivialità. Grazie.

ANCHE LA VITA
HA BISOGNO DI VITALITÀ.

FESTA *in* TERRAZZA

VOLETE ORGANIZZARE UNA FESTA IN TERRAZZA INDIMENTICABILE? PER IL MENU AFFIDATEVI A MASSIMO MALANTRUCCO: TANTE PROPOSTE GOLOSE E DI STAGIONE, DA PREPARARE ANCHE IN ANTICIPO, CON CUI ALLESTIRE UN IRRESISTIBILE BUFFET O UN'IMPECCABILE CENA PLACÉ. A VOI LA SCELTA!

di EMANUELA BIANCONI; ricette di MASSIMO MALANTRUCCO
foto e styling di STEFANIA ZECCA

✱ Chef docente di corsi di cucina e consulente per attività di ristorazione, è presente anche su Facebook e Youtube con la prima serie web di cucina in 4 lingue "Numeri da cuoco" che include Italiano, Inglese, Spagnolo e Lingua Italiana dei Segni. È inoltre tra i fondatori e presidente dell'associazione Presidio Italia che si occupa della tutela e promozione dei prodotti di eccellenza italiani. Propone i suoi corsi di cucina per amatori a Roma in una location di design in zona Colosseo, con formula show-cooking/aperitivo per un dopo lavoro divertente e in compagnia; e nei weekend nella splendida location di Villa Rocca, immersa nei colli della Sabina a un'ora dalla Capitale, con formula corso pratico/relax. Ospite anche di eventi itineranti per show-cooking e corsi. Per conoscere le date e restare aggiornati visitate il sito www.massimomalantrucco.it

Bocconcini di nespole alla spigola marinata

(pag.42)

Crostini di melanzane alla menta e yogurt

(pag.42)

Bocconcini di nespole alla spigola marinata

Ingredienti (per 4-6 persone)

1 spigola
6 nespole grandi
2 limoni
4 foglie di dragoncello
2 cetriolini sott'aceto
2 cucchiai di olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Intiepidite leggermente l'olio nel microonde. In un mortaio pestate le foglie di dragoncello unendo qualche goccia di olio; versate a filo l'olio restante, il succo dei limoni e un pizzico di sale, e lavorate ancora fino a ottenere un'emulsione omogenea. Tenete da parte.

2. Sfilettate la spigola e privatela della pelle. Scaloppate i due filetti e ricavatene delle fettine sottili. Disponetele delicatamente in una pirofila e coprite con l'emulsione preparata precedentemente. Trasferite in frigorifero e fate marinare per circa 4 ore.

3. Sbucciate le nespole, tagliatele in due e privatele del nocciolo. Praticate un piccolo taglio nella parte convessa per far sì che il frutto possa rimanere stabile sul vassoio di portata. Scolate le fettine di spigola dal liquido di marinatura, formate tante piccole roselline e disponetele all'interno delle nespole. Guarnite con sottili lamelle di cetriolino e servite.

Crostini di melanzane alla menta e yogurt

Ingredienti (per 4-6 persone)

2 spighe di pane di grano duro al sesamo
2 melanzane
125 g di yogurt bianco
10 foglie di menta
10 foglie di basilico
2 scalogni
4 acciughe sott'olio
20 g di burro
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Pelate le melanzane e tagliatele a cubetti; in una padella fate appassire gli scalogni, tritati, con un filo di olio. Unite le acciughe e fatele stemperare, quindi aggiungete i cubetti di melanzana e fateli saltare per una decina di minuti. Profumate con il basilico tritato, regolate di sale e portate a cottura.

2. Quando le melanzane saranno ben cotte, raccoglietele in un mixer da cucina e frullate. In un pentolino fate sciogliere il burro con le acciughe restanti. Tagliate le spighe di pane a fettine spesse 1 cm, disponetele su una teglia e spennellatele con il burro fuso. Infornate a 200 °C per circa 5 minuti, quindi levate e tenete da parte.

3. Frullate lo yogurt con le foglie di menta. Spalmate la crema di melanzane sulle fette di pane e disponetele su un piatto da portata. Guarnite con qualche fogliolina di menta e accompagnate con lo yogurt, messo in una ciotolina a parte. Portate in tavola e servite.

Pennette con ciliegini ripieni di olive e capperi

Ingredienti (per 4-6 persone)

500 g di pennette
150 g di ricotta di capra
300 g di mollica di pane
20 pomodorini ciliegino
4 pomodori maturi
40 capperi
40 olive verdi
2 spicchi di aglio
5 foglie di basilico
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Sciacquate i pomodorini, tagliate l'estremità dalla parte del picciolo e svuotateli della polpa (tenetela da parte). In un mixer raccogliete le olive snocciolate, i capperi e la mollica di pane, e frullate: se il composto risultasse troppo duro, diluite con un goccio di olio o di acqua.

2. Farcite i pomodorini con il composto ottenuto e disponeteli in un tegame, mettendoli ben serrati. Aggiungete un filo di olio sul fondo, incoperchiate e fate cuocere per circa 10 minuti. In un'altra padella fate rosolare l'aglio con un filo di olio; unite il basilico, tagliato a julienne, i pomodori, tagliati a dadini, e la polpa dei ciliegino, precedentemente frullata. Fate cuocere per 3 minuti a fuoco alto, quindi spegnete e tenete da parte.

3. Lessate la pasta in acqua bollente e salata, quindi scolatela e versatela nella padella con i pomodori. Fate saltare il tutto per qualche minuto su fiamma vivace. Trasferite nelle ciotoline individuali, guarnite con i ciliegino ripieni e la ricotta a ciuffetti, profumate con una macinata di pepe e servite.

Pennette con ciliegini ripieni di olive e capperi

Ricotta gratinata all'erba cipollina

Ingredienti (per 4-6 persone)

500 g di ricotta; 2 uova; 20 fili di erba cipollina
20 grani di pepe rosa in salamoia
5 pomodori vesuvio; qualche rametto di origano
olio extravergine di oliva; sale

Preparazione

1. In una ciotola raccogliete la ricotta e unite l'erba cipollina, tritata finemente, e le uova. Regolate di sale e mescolate per bene fino a rendere il composto liscio e vellutato. Aggiungete il pepe rosa e distribuite il composto nei pirottini da forno.

2. Guarnite la superficie con una rondella di pomodoro, spennellate con un filo di olio e condite con un pizzico di sale. Infornate a 220 °C e fate cuocere per 15-20 minuti. Trascorso il tempo di cottura, sfornate, profumate con l'origano e lasciate raffreddare.
Sformate e servite.

Petto di tacchino alla romana

Ingredienti (per 4-6 persone)

1 kg di petto di tacchino
200 g di farina di farro integrale
1 kg di pomodori pelati
1 peperone giallo
1 peperone rosso
1/2 bicchiere di vino bianco
2 acciughe sott'olio
2 spicchi di aglio
1/2 peperoncino
olio extravergine di oliva
sale

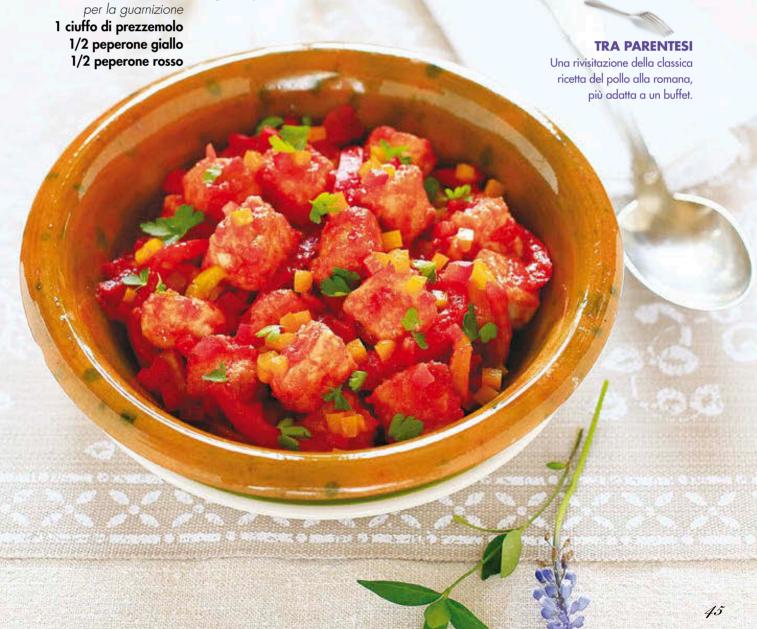
per la guarnizione
1 ciuffo di prezzemolo
1/2 peperone giallo
1/2 peperone rosso

Preparazione

1. Lavate i peperoni, tagliateli a metà, eliminate semi e coste bianche interne e fateli a listerelle. In una padella fate soffriggere l'aglio con abbondante olio, il peperoncino tritato e le acciughe; aggiungete i peperoni e fate rosolare per 5 minuti. Bagnate con il vino e lasciate sfumare.

2. Versate i pomodori pelati, schiacciati grossolanamente, aggiustate di sale, incoperchiate e fate cuocere per circa 20 minuti a fuoco lento. Tagliate il petto di tacchino a cubetti da 2 cm di lato, conditeli con un pizzico di sale e passateli nella farina di farro. In una padella scaldate un filo di olio, mettete il tacchino, poco alla volta, e fate rosolare per bene.

3. Quando i cubetti di tacchino saranno ben dorati, versateli nel sugo e proseguite la cottura per circa 5-10 minuti. Trascorso il tempo di cottura, levate e distribuite nelle ciotoline di coccio. Guarnite con il prezzemolo tritato e una brunoise di peperone giallo e rosso, e servite.

TRA PARENTESI
Una rivisitazione della classica ricetta del pollo alla romana, più adatta a un buffet.

Crema in cocotte con albicocche al marsala

Ingredienti (per 4-6 persone)

1 l di latte; 12 albicocche
250 g di zucchero; 8 uova
1 bicchiere di marsala
1 bacca di vaniglia

per la guarnizione
zucchero

Preparazione

1. Sciacquate le albicocche, dividetele a metà ed eliminate il nocciolo; raccoglietele in un tegame, unite il marsala e 50 g di zucchero, e fate cuocere su fuoco basso. Appena le albicocche saranno morbide, prelevatene 4 e frullate quelle restanti fino a ottenere una purea. Eventualmente rimettetela sul fuoco e fatela asciugare per bene.

2. In una casseruola portate a bollore il latte con i semi di vaniglia; a parte lavorate le uova con lo zucchero, unite la purea di albicocche, versate il latte caldo e mescolate accuratamente.

3. Distribuite il composto ottenuto nelle cocotte e poi disponetele in una teglia dai bordi alti; riempite con acqua fredda, fino a metà altezza delle cocotte, e infornate a 160 °C per circa 45 minuti (è importante che l'acqua non raggiunga mai il bollore: se così fosse, aggiungete un mestolo di acqua fredda per abbassarne leggermente la temperatura).

4. Trascorso il tempo di cottura, levate e lasciate intiepidire. Guarnite con una fettina di albicocca al marsala, spolverizzate con un po' di zucchero, caramellate con un cannello o sotto il grill del forno, e servite.

Briciole di GUSTO

CON MOLTO PIÙ DI UN "BRICIOLO" DI CREATIVITÀ ROBERTO VALBUZZI CI DELIZIA CON UN MENU GOLOSO, VELOCE E ANCHE ANTI-SPRECO. IN CHE MODO? UTILIZZANDO PANE, CRACKER E TARALLI, MAGARI ANCHE AVANZATI, CHE, UNA VOLTA TRITATI E RIDOTTI IN BRICIOLE, DONANO UNA SFERZATA DI GUSTO E CROCCANTEZZA AD ANTIPASTI, PRIMI E SECONDI PIATTI

a cura della redazione; ricette di **ROBERTO VALBUZZI**
foto di **EMANUELA DE SANTIS** (ritratto)
e **ALESSANDRO ROMITI** (ricette)

Bicchierini di insalata greca con anguria e pane croccante

Ingredienti

150 g di feta greca
1 cucchiaio di olive nere
1 cetriolo; 2 pomodori maturi; 2 cipolle rosse
1 fetta di anguria
3 fette di pane in cassetta senza crosta
1 ciuffo di basilico
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

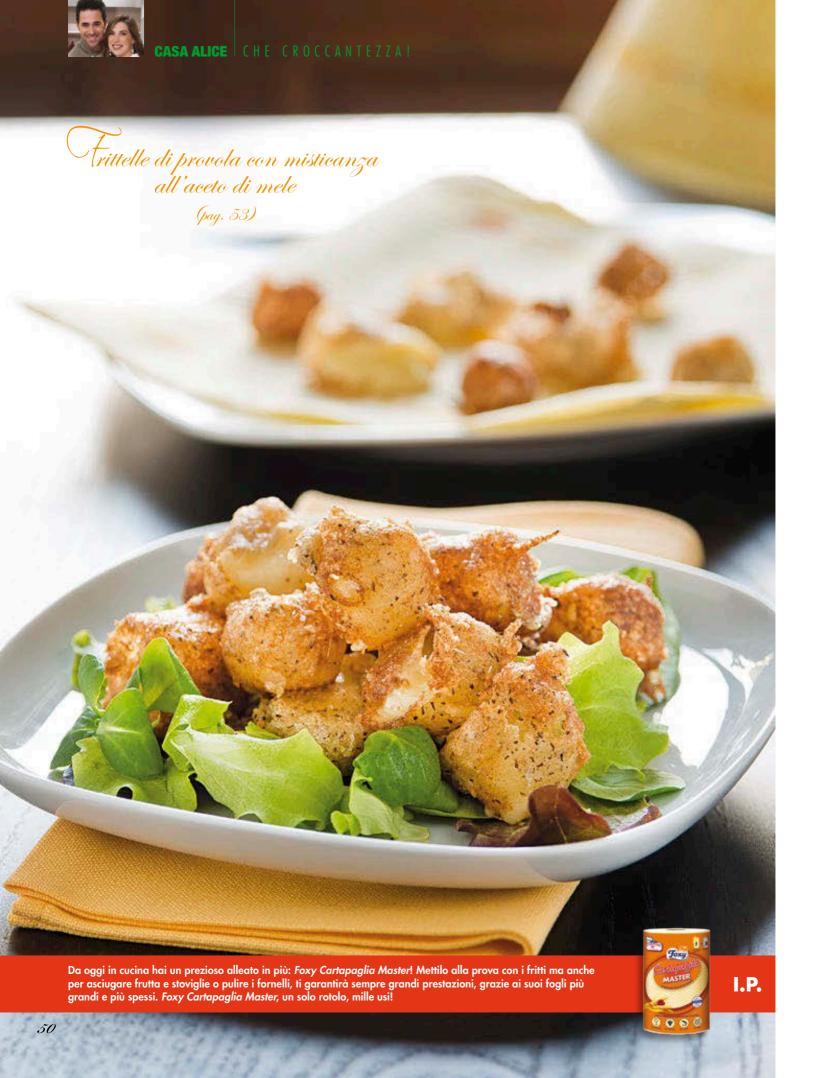
1. Sbucciate le cipolle, pelate il cetriolo e lavate i pomodori, quindi tagliate tutto a cubetti regolari. Togliete i semi dall'anguria e fate anche questa a cubetti. Tagliate a dadini la feta e raccogliete tutto in una ciotola. Condite un filo di olio, un pizzico di sale e una macinata di pepe. Profumate con il basilico, tritato, unite le olive, mescolate per bene e tenete da parte.

2. Tagliate a dadini il pane in cassetta e fateli tostare in una padella con un filo di olio. Distribuite l'insalatina nei bicchierini di vetro e guarnite con i dadini di pane. Accompagnate con spiedini di verdure e servite.

Frittelle di provola con misticanza all'aceto di mele

(pag. 53)

Risottino alla crema di pomodoro con mosto d'uva burrata e briciole di taralli

(pag. 53)

Tonno estivo con calamaretti zucchine e briciole di focaccia

ALICE TV

Roberto Valbuzzi è in onda con il programma "CASA ALICE" insieme a Veronica Maya. Su Alice Tv!

Frittelle di provola con misticanza all'aceto di mele

Ingredienti

150 g di farina 00
300 g di farina di grano saraceno
10 g di cracker sbriciolati
2 bicchieri di birra chiara
2 bicchieri di acqua gasata
200 g di provola dolce
150 g di misticanza
4 cucchiai di aceto di mele
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. In una ciotola raccogliete la farina 00, la farina di grano saraceno e i cracker sbriciolati; unite un pizzico di sale e di pepe, versate l'acqua e la birra, e mescolate accuratamente. Tagliate la provola dolce a cubetti di 2 cm, uniteli alla pastella e amalgamate ancora.

2. In una padella scaldate abbondante olio; con l'aiuto di due cucchiai prelevate i cubetti di provola, tuffateli nell'olio caldo e friggeteli, girandoli di tanto in tanto. Quando saranno ben dorati, scolateli e fateli asciugare su carta assorbente da cucina.

3. Preparate una vinaigrette con l'olio, l'aceto di mele e un pizzico di sale. Distribuite la misticanza nei piatti da portata e conditela con la vinaigrette preparata; disponete sopra le frittelle di provola calde e servite subito.

Risottino alla crema di pomodoro con mosto d'uva burrata e briciole di taralli

Ingredienti (per 4 persone)

360 g di riso Carnaroli
200 ml di mosto di uva cotto
10 pomodorini datterino
150 g di burrata
1 l di brodo vegetale
1 scalogno; 1 bicchiere di vino bianco secco
1 ciuffo di basilico
1 rametto di timo
50 g di parmigiano
40 g di taralli al finocchio
burro; olio extravergine di oliva; sale e pepe

Preparazione

1. In padellino versate il mosto d'uva, mettete sul fuoco e lasciatelo ridurre della metà. In una padella fate appassire lo scalogno, tritato, con una noce di burro; aggiungete il riso, mescolate e lasciate tostare. Sfumate con il vino e portate a cottura, bagnando di tanto in tanto con il brodo caldo.

2. Sciacquate i pomodorini e frullateli con un filo di olio e qualche fogliolina di basilico fino a ottenere una crema liscia. Filtrate e aggiustate di sale e di pepe. Frullate i taralli con il timo e un pizzico di sale, e poi fate tostare il tutto in padella con un filo di olio. Quando le briciole saranno diventate ben croccanti, levate e tenete da parte.

3. Quando il risotto sarà ormai cotto, togliete dal fuoco e mantecate con una noce di burro e il parmigiano grattugiato. Aggiungete la burrata a pezzi, la crema di pomodoro e la polvere di taralli croccanti, e amalgamate per bene. Impiattate il risotto, guarnite con qualche goccia di salsa al mosto d'uva e qualche fogliolina di basilico, e servite.

Tonno estivo con calamaretti zucchine e briciole di focaccia

Ingredienti (per 4 persone)

500 g di tonno rosso
200 g di calamaretti spillo freschissimi; 2 zucchine
1 limone; 1 ciuffo di menta
1 rametto di timo limonato
1 ciuffo di finocchietto selvatico
1 ciuffo di coriandolo
1 rametto di rosmarino
50 g di focaccia all'olio
olio extravergine di oliva
sale

per i pomodorini

20 pomodorini datterino
10 capperi
1 spicchio di aglio
1/2 peperoncino
qualche acciuga sott'olio
olio extravergine di oliva

Preparazione

1. Tagliate il tonno a fette spesse circa 3 cm; irroratele con il succo del limone e un filo di olio, condite con un pizzico di sale, profumate con un po' di menta, timo e finocchietto, tritati, e lasciate riposare per circa un'ora in frigorifero. Lavate e spuntate le zucchine, quindi tagliatele a julienne; pulite i calamaretti, sciacquateli accuratamente e tagliateli a fettine sottili.

2. In una padella scaldate un filo di olio, unite le zucchine e i calamaretti, e fate saltare il tutto per una decina di minuti. Condite con un pizzico di sale e profumate con un po' di menta e coriandolo, tritati. Lavate i pomodorini e tagliateli a dadini; in una padella fate rosolare l'aglio con un filo di olio, un po' di peperoncino, le acciughe e i capperi; unite i pomodorini e fateli insaporire per qualche minuto.

3. In un mixer da cucina frullate la focaccia con il rosmarino. Trasferite le briciole ottenute su una placca da forno e infornatele fino a quando saranno ben tostate. Componete i piatti: disponete una fettina di tonno e adagiate sopra un po' di calamaretti e zucchine; coprite con un'altra fettina di tonno e mettete sopra i datterini. Guarnite con le briciole di focaccia e qualche fogliolina di menta, e servite.

SPAGHETTATA al 90°

UN CLASSICO. GLI OCCHI PUNTATI SULLO SCHERMO DELLA TV PER 90 MINUTI (SALVO SUPPLEMENTARI) A SEGUIRE GLI EUROPEI. E POI? CHE SI VINCA O CHE SI PERDA, NIENTE DI MEGLIO CHE UNA BELLA SPAGHETTATA CON GLI AMICI!

di FMB - foto di ALESSANDRO ROMITI

Spaghetti al pollo e peperoni

(pag. 56)

ALICE TV

Mattia Poggi è in onda con il programma "MATTIA A MODO MIO" tutti i giorni alle 21.00, su Alice tv.

Spaghetti salsiccia e pesto
(pag. 56)

Spaghetti al pollo e peperoni

Ingredienti (per 4 persone)

320 g di spaghetti
50 g di ricotta di bufala
2 peperoni
(1 rosso e 1 giallo)
2 fette di petto di pollo
1 cipolla
farina
vino bianco
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Fate abbrustolire i peperoni sulla fiamma del fornello con uno spargifiamma. Levate, chiudeteli in un sacchetto di carta e lasciateli riposare per una ventina di minuti. Poi spellateli, tagliateli a metà, eliminate semi e coste bianche interne e fateli a listerelle sottili.

2. Tagliate a listerelle anche le fette di petto di pollo e passatele in un po' di farina. Tritate la cipolla e fatela appassire in una padella con un filo di olio. Unite le listerelle di peperone e fate cuocere per 8-10 minuti. Aggiungete le listerelle di pollo e lasciate insaporire per 1 minuto. Bagnate con il vino bianco, fate sfumare e portate a cottura.

3. Lessate la pasta in abbondante acqua bollente leggermente salata. Scolatela al dente nella padella con il condimento. Unite la ricotta, lavorata in crema con 1 cucchiaio dell'acqua di cottura della pasta, mescolate e fate saltare per 1 minuto. Profumate con una macinata di pepe e servite.

Spaghetti salsiccia e pesto

Ingredienti (per 4 persone)

320 g di spaghetti
200 g di luganega
180 g di pesto
alla genovese
1 scalogno
1 ciuffo di basilico
yogurt greco
vino bianco
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Tritate finemente lo scalogno e fatelo appassire in una padella con un filo di olio finché diventa trasparente (nel caso aggiungete un goccio di acqua). Unite la luganega, tagliata a rondelle, e fate rosolare. Bagnate con un goccio di vino e fate sfumare.

2. Lessate la pasta in abbondante acqua bollente leggermente salata. Scolatela bene al dente nella padella con la salsiccia. Aggiungete il pesto, stemperato in un cucchiaio dell'acqua di cottura e 1 cucchiaio di yogurt, mescolate e padellate per un minuto. Levate e servite con un ciuffetto di basilico per decorare.

Spaghetti ai due pomodori e ventresca di tonno

Ingredienti (per 4 persone)

320 g di spaghetti
200 g di ventresca
di tonno sott'olio
5-6 pomodori secchi
sott'olio
10 pomodorini
1 rametto di timo
1 spicchio di aglio
1 peperoncino
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Sbollentate per un paio di minuti i pomodorini. Scolateli, pelateli, tagliateli a metà, eliminate i semi e l'acqua di vegetazione e tagliateli a spicchietti.

2. Scaldate un filo di olio in una padella con l'aglio schiacciato. Eliminate quest'ultimo, unite gli spicchietti di pomodoro, profumate con un po' di timo, sfogliato, e fate cuocere per una decina di minuti.

3. Aggiungete i pomodori secchi tagliati a listerelle, e il tonno, a cubetti, profumate con un po' di peperoncino tritato (secondo il vostro gusto), e lasciate insaporire.

4. Lessate la pasta in abbondante acqua bollente leggermente salata. Scolatela al dente nella padella con il condimento, mescolate e fate saltare per 1 minuto. Spolverizzate con un altro po' di timo sfogliato e servite.

In libreria, "La pasta detto fatto!" con tante ricette golose dedicate al primo preferito dagli italiani. (Sitcom Editore, 19,90 euro).

Spaghetti ai due pomodori e ventresca di tonno

Spaghetti alle acciughe e crema di gorgonzola

Ingredienti (per 4 persone)

320 g di spaghetti
150 g di gorgonzola piccante
1 bustina di zafferano
6 filetti di acciuga sott'olio
1 spicchio di aglio
1 peperoncino
1 ciuffo di prezzemolo
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Tagliate a dadini il gorgonzola e fatelo fondere dolcemente a bagnomarina fino a ottenere una crema liscia e omogenea. Al termine, profumate con lo zafferano.

2. Scaldate un filo di olio in una padella con l'aglio schiacciato. Eliminate quest'ultimo, unite i filetti di acciuga, scolati, e stemperateli con un cucchiaio di legno. Al termine, profumate con un po' di peperoncino tritato (secondo il vostro gusto).

3. Lessate la pasta in abbondante acqua bollente leggermente salata. Scolatela al dente nella padella con le acciughe e fate saltare per 1 minuto. Aggiungete la crema di gorgonzola, mescolate e servite con una spolverizzata di prezzemolo tritato.

Andalini

60 anni a tutta sfoglia

Costante ricerca dell'innovazione strettamente legata alla tradizione del territorio, è la mission del Pastificio Andalini che si prepara a festeggiare l'anniversario con un evento, un libro celebrativo e di cultura alimentare e tanto social marketing.

Il percorso di Andalini è di un'azienda in costante crescita: nata nel 1956 da una piccola bottega artigiana di pasta fresca "Pastificio Andalini e Aleotti", già all'epoca Arrigo Andalini proponeva la pasta all'uovo (tagliatelle in vassoio) con l'aggiunta di spinaci e nuove forme del territorio, come il Torchio, il Garganello e la Farfalla ("strichett").

Arrigo con Massimo Andalini e la moglie Marilena.

Packaging e pubblicità storiche.

Oggi il Pastificio Andalini vanta sei linee di prodotto che vanno dalla pasta all'uovo ai prodotti biologici per il consumatore attento all'alimentazione, alla pasta di semola a sfoglia sottile che cuoce in soli 4 Minuti, ai formati speciali realizzati con forme ed ingredienti originali e ricercati.
E sono tante le novità di questi ultimi anni con il restyling di tutto il pack e una nuova brand image, la comunicazione su importanti testate nazionali, la presenza sui social network e ad importanti eventi sia del territorio sia nazionali. In tutta questa innovazione che comprende anche l'ampliamento dello stabilimento produttivo, la robotizzazione e l'acquisto di nuove linee di confezionamento, il filo conduttore è da sempre la tradizione e l'attenzione per la qualità e la sicurezza alimentare.
Per molte produzioni il Pastificio Andalini ha scelto di utilizzare grano italiano e uova di categoria A da galline allevate a terra per proporre al consumatore un prodotto che lo rimandi indietro nel tempo, quando la pasta veniva tirata al mattarello dalle nostre mamme o nonne.

Ma il Pastificio non si ferma qui: intende infatti ampliare la linea Le Biologiche inserendo nuovi formati di pasta realizzati con nuove ricette e "farine" alternative come il Khorasan, i legumi e i cereali perché crede nei consumatori attenti al benessere, alla salute e all'ambiente.

Le linee di prodotto Andalini.

Per celebrare questo percorso iniziato 60 anni fa, il Pastificio Andalini si prepara a festeggiare il proprio compleanno insieme a tutti i collaboratori e le loro famiglie, i clienti, i fornitori e gli amici con un evento ricco di sorprese e novità. Due giornate dedicate alla storia del Pastificio Andalini e al forte legame col proprio territorio, organizzando una gita nelle Valli del Po e nella suggestiva città di Comacchio.
Per l'occasione è stato creato un logo commemorativo ad hoc per condividere questo importante anniversario con tutti coloro che hanno contribuito al raggiungimento dei traguardi prefissati e al successo dell'azienda.

L'evoluzione del marchio Andalini.

     #Andalinilatuapasta

www.andalini.com

UN MARE DI PASTA

LA VOGLIA DI MARE SI STA FACENDO SENTIRE? ECCO SEI PRIMI GOLOSI E VINCENTI PER SODDISFARLA. CONDITI CON RICCHI SUGHETTI O PROPOSTI IN ZUPPETTE E GUAZZETTI, RIGOROSAMENTE A BASE DI PESCE, PORTANO IN TAVOLA TUTTO IL SAPORE DELL'ESTATE

a cura della redazione ricette e foto di RAFFAELLA CAUCCI

Zuppetta estiva con ditali rigati

Ingredienti (per 4 persone)

250 g di ditali rigati
4 calamari già puliti e spellati
400 g di pomodori pelati
8 gamberoni
300 g di vongole veraci già spurgate
350 g di filetto di merluzzo già diliscato
1/2 bicchiere di vino bianco secco
1 ciuffo di prezzemolo
1 spicchio di aglio
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Sciacquate accuratamente le vongole e scolatele, quindi trasferitele in padella con un filo di olio, incoperchiate e fatele aprire a fuoco vivace. Una volta aperte, filtrate il fondo di cottura e tenete tutto da parte. Fate i calamari a rondelle e tagliate i ciuffetti a metà.

2. In una casseruola fate rosolare l'aglio con un filo di olio; unite i calamari e lasciate insaporire per qualche minuto a fiamma vivace. Sfumate con il vino, aggiungete i pomodori pelati e schiacciateli con un cucchiaio di legno. Salate, incoperchiate e fate cuocere per una decina di minuti a partire dal bollore.

3. Unite il fondo di cottura delle vongole e il filetto di merluzzo, tagliato a dadini, e fate cuocere per 5 minuti. Aggiungete i gamberoni e le vongole, e proseguite la cottura per altri 5 minuti ancora. Nel frattempo lessate la pasta in acqua bollente e leggermente salata, quindi scolatela al dente e versatela nella casseruola.

4. Mescolate il tutto e fate mantecare per appena 1 minuto. Impiattate, ultimate con una macinata di pepe, un po' di prezzemolo tritato e un filo di olio a crudo, e servite.

Spaghetti ruvidi con guazzetto di polpo

(pag. 64)

Vermicelli al nero di seppia con pomodorini zucchine e seppioline

(pag. 64)

Spaghetti ruvidi con guazzetto di polpo

Ingredienti (per 4 persone)

350 g di spaghetti ruvidi
4 polpi già puliti da circa 400 g l'uno
1 spicchio di aglio
1 ciuffo di prezzemolo
400 g di pomodori pelati
1 carota
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Mondate e sciacquate la carota, quindi tritatela finemente insieme allo spicchio di aglio. In una casseruola dai bordi alti fate imbiondire il trito ottenuto con un filo di olio; unite i polpi interi e fateli dorare su fuoco vivace.

2. Aggiungete i pelati, schiacciateli con un cucchiaio di legno e poi salate, quindi incoperchiate e lasciate cuocere per circa 45 minuti, fino a quando i polpi risulteranno teneri (il fondo di cottura dovrà rimanere umido: eventualmente correggetelo con un po' di acqua).

3. Lessate gli spaghetti in acqua bollente e leggermente salata, quindi scolateli al dente, trasferiteli nella casseruola con il guazzetto di polpo e mantecate per 1-2 minuti (se il sugo risultasse troppo asciutto, aggiungete qualche cucchiaio di acqua di cottura). Spegnete, impiattate e profumate con un po' di prezzemolo tritato e una macinata di pepe. Completate con un filo di olio a crudo e servite.

Vermicelli al nero di seppia con pomodorini zucchine e seppioline

Ingredienti (per 4 persone)

360 g di vermicelli
2 bustine di nero di seppia
2 zucchine
400 g di seppioline già pulite e spellate
350 g di pomodorini ciliegino
1 ciuffo di prezzemolo
2 spicchi di aglio
1/2 bicchiere di vino bianco secco
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Lavate, spuntate e tagliate a cubetti le zucchine. Sciacquate e tagliate a metà i pomodorini. In una padella fate soffriggere 1 spicchio di aglio con un filo di olio, aggiungete le zucchine e fatele saltare per qualche minuto su fiamma vivace.

2. Aggiungete i pomodorini, salate leggermente, incoperchiate e lasciate cuocere per una decina di minuti. In un'altra padella fate soffriggere il secondo spicchio di aglio, tritato finemente, con un filo di olio. Aggiungete le seppioline, salate e fatele saltare su fiamma vivace per qualche minuto. Sfumate con il vino, incoperchiate e proseguite la cottura per circa 10-15 minuti.

3. Lessate la pasta in acqua bollente e leggermente salata. Nel frattempo aggiungete il nero di seppia e qualche cucchiaio di acqua di cottura della pasta nella padella con le seppioline; scolate la pasta al dente, trasferite anche questa in padella e mantecate per qualche minuto su fiamma vivace. Impiattate, completate con il condimento di zucchine e pomodorini, ultimate con il prezzemolo tritato e un filo di olio a crudo, e servite.

Paccheri rigati con pomodorini scampi e vongole

Ingredienti (per 4 persone)

360 g di paccheri rigati
400 g di pomodorini ciliegino
8 scampi freschi
1 kg di vongole veraci già ammollate
1 spicchio di aglio
1 ciuffo di prezzemolo
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Sciacquate accuratamente le vongole e scolatele, quindi trasferitele in padella con un filo di olio, incoperchiate e fatele aprire a fuoco vivace. Una volta aperte, filtrate il fondo di cottura e tenete tutto da parte. Sciacquate gli scampi sotto l'acqua corrente fredda, incideteli verticalmente sulla pancia ed eliminate il filamento scuro dell'intestino.

2. In una padella fate soffriggere l'aglio, tritato finemente, con un filo di olio; unite i pomodorini, lavati e tagliati a metà, e fate insaporire per qualche minuto. Salate leggermente, unite le vongole, la metà del loro fondo di cottura e gli scampi, e fate cuocere per 1-2 minuti.

3. Nel frattempo lessate la pasta in acqua bollente e leggermente salata, quindi scolatela al dente e versatela nella padella con il condimento. Aggiungete il fondo di cottura restante e mantecate per qualche minuto su fuoco medio. Regolate di sale e profumate con una macinata di pepe.

4. Quando il fondo di cottura risulterà ben ristretto e cremoso, spegnete, impiattate, ultimate con un po' di prezzemolo tritato e un filo di olio a crudo, e servite.

Paccheri rigati con pomodorini scampi e vongole

Fusilloni ruvidi con peperoni pesce spada e olive nere

Ingredienti (per 4 persone)

360 g di fusilloni ruvidi
250 g di pesce spada in una fetta unica
1 piccolo peperone giallo
1 piccolo peperone rosso
1 cipolla dorata
40 g di olive nere già snocciolate
1 ciuffo di maggiorana
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Eliminate la pelle del pesce spada e poi tagliatelo a bocconcini piccoli. Sbucciate la cipolla e tagliatela a fettine; sciacquate i peperoni, tagliateli a metà, eliminate semi e coste bianche interne, e fateli a listerelle.

2. In una padella fate appassire la cipolla con un filo di olio; unite i peperoni e fateli saltare su fiamma vivace per qualche minuto. Aggiungete il pesce spada e le olive a rondelle, salate e proseguite la cottura per una decina di minuti.

3. Nel frattempo lessate la pasta in acqua bollente e leggermente salata, quindi scolatela al dente e versatela in padella insieme a un mestolino di acqua di cottura. Mantecate, profumate con qualche fogliolina di maggiorana e poi impiattate. Completate con un filo di olio a crudo e servite.

Stortelli al pesto di ceci e gamberi al profumo di limone

Ingredienti (per 4 persone)

360 g di stortelli
400 g di gamberi
350 g di ceci già lessati e scolati
1 spicchio di aglio
1 ciuffo di menta
1 limone
30 g di mandorle già pelate
olio extravergine di oliva; sale

Preparazione

1. Sciacquate i gamberi sotto l'acqua corrente fredda. In una padella fate rosolare l'aglio con un filo di olio, unite i gamberi e 50 ml di acqua, e lasciate insaporire per qualche minuto. Con un cucchiaio di legno schiacciate leggermente la testa dei gamberi, rimuovete i gamberi, sgusciateli e teneteli da parte.

2. Trasferite il fondo di cottura dei gamberi e l'aglio in un mixer da cucina; unite i ceci e le mandorle, precedentemente tostate in padella, salate e frullate unendo a filo l'olio necessario a ottenere un pesto cremoso ma grossolano.

3. Lessate la pasta in acqua bollente e leggermente salata, quindi scolatela al dente e conditela con il pesto (se necessario, aggiungete qualche cucchiaio di acqua di cottura della pasta). Unite i gamberi e profumate con la scorza di limone grattugiata e le foglioline di menta. Impiattate, ultimate con un filo di olio a crudo e servite.

PIÙ O MENO PICCANTI, A SECONDA DELLA QUANTITÀ DI CAPSICINA CONTENUTA, I PEPERONCINI SONO L'INGREDIENTE GIUSTO PER DARE SPRINT A QUALUNQUE RICETTA. LO SA BENE FABIO CAMPOLI CHE IN QUESTE PAGINE GIOCA APPUNTO COL… FUOCO, REALIZZANDO UN MENU DI PESCE DECISAMENTE HOT!

di **EMANUELA BIANCONI**; ricette di **FABIO CAMPOLI**
foto di **BARBARA SANTORO**

PICCANTEZZA d'AMARE

Frittelle Mare Caldo

Ingredienti (per 4 persone)

250 g di neonata di pesce
200 g di patate già sbucciate
1/2 l di birra; 1 limone
qualche peperoncino
Anaheim Hot arrostito
olio di semi di arachide; sale

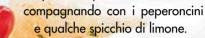
per la pastella

100 g di farina 00
100 g di amido di mais
10 g di alcol puro
1 peperoncino Anaheim Hot
1 ciuffo di prezzemolo; sale

Preparazione

1. Preparate la pastella: in una ciotola raccogliete la farina, l'amido, il prezzemolo e il peperoncino, tritati, un pizzico di sale e l'alcol; versate a filo l'acqua e mescolate fino a ottenere un composto denso e omogeneo. Mettete la neonata di pesce nella pastella ottenuta, amalgamate e lasciate riposare.

2. Nel frattempo tagliate le patate a dadini e raccoglieteli in una casseruola; unite la birra e un pizzico di sale, mettete sul fuoco e fate cuocere fino a quando le patate risulteranno ben cotte. Scolatele, asciugatele e fatele raffreddare, quindi unitele alla pastella e amalgamate per bene.

3. In una padella scaldate abbondante olio di semi, versate il composto a cucchiaiate e fate friggere le frittelle fino a quando saranno ben dorate e croccanti. Scolatele e fatele asciugare su carta assorbente da cucina. Disponete nei piatti da portata e servite accompagnando con i peperoncini e qualche spicchio di limone.

Ricciola ricca

Ingredienti (per 4 persone)

400 g di ricciola; 2 patate già sbucciate
50 g di fecola di patate; 300 g di rucola
300 g di indivia belga; 1 mela verde; 2 limoni
2 peperoncini Sebes
erba cipollina; olio di semi di arachide; sale

per la pastella

100 g di farina 00
100 g di amido di mais
3 dl di acqua gassata fredda
erba cipollina; sale

ALICE TV

Fabio Campoli è in onda con il programma "NON È MAI TROPPO PRESTO". Su Alice Tv!

CONDITE I TRANCI DI RICCIOLA

Tagliate la ricciola in quattro tranci ed eliminate la pelle. Preparate la pastella: in una ciotola raccogliete la farina 00, l'amido di mais, l'acqua fredda, un po' di erba cipollina tritata e un pizzico di sale, e mescolate accuratamente fino a ottenete un composto omogeneo. Condite i tranci di ricciola con un pizzico di sale e un po' di erba cipollina, tritata.

PASSATELI NELLA PASTELLA

Passate i tranci di ricciola nella pastella, scolateli e teneteli da parte. Nel frattempo preparate un'insalata con l'indivia belga, la rucola, fettine di mela, il succo di limone e il peperoncino fresco a lamelle. Regolate di sale e tenete da parte.

REALIZZATE L'INVOLUCRO DI PATATE

Tagliate le patate a fiammiferi sottili, quindi asciugateli per bene e poi spolverizzateli con la fecola. Sul piano di lavoro stendete la pellicola trasparente e ricavatene un quadrato della misura di un foglio A4. Disponete le patate al centro del foglio, così da ottenere un rettangolo di 10x15cm.

METTETE AL CENTRO IL PESCE E ARROTOLATE

Adagiate i tranci di ricciola al centro dei rettangoli. Arrotolate la pellicola con la ricciola, fino a formare un trancetto cilindrico, stringete per bene e lasciate riposare in frigorifero per almeno un'ora. Poco prima di servire, togliete la pellicola e friggete i tranci in olio di semi ben caldo. Quando saranno ben dorati, scolateli e fateli asciugare su carta assorbente da cucina. Distribuite l'insalata nei piatti da portata, adagiate sopra i tranci di ricciola e servite.

Finta lasagna piccante con pesto e gamberi

Ingredienti (per 4 persone)

12 sfoglie di pasta all'uovo (10x10 cm)
300 g di pomodori pelati
200 g di gamberi già sgusciati
140 g di pesto al basilico
1 mozzarella di bufala
2 peperoncini Cayenne Purple
1 ciuffo di basilico
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Tagliate la mozzarella a dadini, raccoglieteli in un colapasta e metteteli a scolare. In una padella fate soffriggere i peperoncini, tritati finemente, con un filo di olio; unite i pomodori pelati, mescolate e fate cuocere per una mezz'ora. Aggiungete i gamberi e proseguite la cottura per altri 10 minuti. Regolate infine di sale.

2. Lessate le sfoglie di pasta in abbondante acqua bollente e leggermente salata; scolatele al dente e raccoglietele in una ciotola con acqua e ghiaccio. Levatele e fatele asciugare su un canovaccio pulito. Diluite il pesto con un goccio di acqua di cottura della pasta.

3. Velate i piatti da portata ben caldi con un po' di pesto. Mettete sopra una sfoglia di pasta e poi coprite con un cucchiaio di salsa piccante e qualche dadino di mozzarella. Proseguite a realizzare gli strati fino a esaurimento degli ingredienti. Guarnite con il basilico e servite.

✱ *QUESTA SEMPLICE RICETTA PUÒ ESSERE GUSTATA AL MOMENTO OPPURE REALIZZATA IN ANTICIPO E INFORNATA PER QUALCHE MINUTO POCO PRIMA DI ESSERE SERVITA.*

Dadolata di spada al cocco e Chinese five color

Ingredienti (per 4 persone)

450 g di pesce spada; 5 peperoncini Chinese five color; 200 g di cocco grattugiato 1 scalogno; 1 bustina di zafferano 1 dl di brodo di pesce; 1 ciuffo di prezzemolo olio extravergine di oliva; sale

Preparazione

1. Tritate finemente lo scalogno e i peperoncini. In una padella fate appassire il trito ottenuto con un filo di olio; unite il brodo di pesce e lo zafferano, mescolate e fate cuocere fino a quando si sarà ridotto della metà. Tagliate il pesce spada a cubetti e conditeli con un pizzico di sale.

2. Aggiungete i cubetti di spada in padella e fate cuocere per appena 2 minuti. Completate con il cocco grattugiato, mescolate e poi spegnete. Impiattate, profumate con il prezzemolo tritato e poi servite.

ATTENZIONE A NON PROLUNGARE TROPPO LA COTTURA: LE PROTEINE DEL PESCE COAGULEREBBERO RENDENDO LE SUE CARNI STOPPOSE E DURE *

Fior FIORE

ANTIPASTO

Zucchine gratinate agli amaretti salsa al gorgonzola ed emulsione al pomodoro

(pag. 76)

PRIMO

SEGUENDO LA FILOSOFIA DEI CINQUE ELEMENTI IN CUCINA, LO CHEF GREGORI NALON HA STUDIATO UN MENU AD HOC LEGGERO, GUSTOSO E BEN BILANCIATO. CON PROTAGONISTI ZUCCHINE E FIORI DI ZUCCA, QUI ESALTATI, NEL GUSTO E NELLA FRAGRANZA, DA TECNICHE DI COTTURA GENTILI E ACCOSTAMENTI ORIGINALI E GOLOSI

di **EMANUELA BIANCONI**; ricette di **GREGORI NALON**; foto di **ALESSANDRO ROMITI**

Gnocchetti di patate con zucchine gamberi e menta

(pag. 76)

*✱ Lo chef **Gregori Nalon** nasce nel 1975 a Calcroci di Camponogara, paesino nella Riviera Del Brenta, in provincia di Venezia. Food Coach e socio fondatore di Facecook, la nuovissima piattaforma di cucina, si occupa anche di ricerca e sviluppo di nuove tecnologie, sperimentazione e consulenza.*

Zucchine gratinate agli amaretti salsa al gorgonzola ed emulsione al pomodoro

Ingredienti (per 4 persone)

2 zucchine
30 g di parmigiano
1 spicchio di aglio
50 g di amaretti
30 g di pane per tramezzini
qualche rametto di timo
olio extravergine di oliva
sale e pepe

per la salsa al gorgonzola
200 g di latte
30 g di gorgonzola dolce
5 g di miele
5 g di farina di riso
2 g di prezzemolo fresco
2 g di salvia fresca
sale e pepe

Preparazione

1. Lavate e spuntate le zucchine, quindi tagliatele a metà nel senso della lunghezza; togliete la polpa interna, tenendola da parte, e sbollentate le zucchine in acqua leggermente salata per 6-8 minuti. Scolatele e tenetele da parte. In una padella fate rosolare l'aglio con un filo di olio; unite la polpa delle zucchine, tritata, e fate cuocere per una decina di minuti. Spegnete e fate raffreddare.

2. Raccogliete la polpa delle zucchine in una ciotola, unite il parmigiano grattugiato e il pane, regolate di sale e di pepe e amalgamate accuratamente. Farcite le zucchine sbollentate con il composto ottenuto. A parte mescolate gli amaretti sbriciolati con un po' di timo e 20 g di olio; cospargete questo trito sulle zucchine e infornate a 160 °C per circa 10 minuti.

3. Per la salsa: in un pentolino raccogliete il latte, il miele e il gorgonzola; mettete sul fuoco e portate dolcemente a bollore, quindi incorporate la farina di riso e fate cuocere fino ad addensamento. Regolate di sale e di pepe, e profumate con la salvia e il prezzemolo tritati.

4. Velate i piatti da portata con la salsa al gorgonzola. Adagiate sopra le zucchine gratinate, guarnite con qualche goccia di emulsione al pomodoro e qualche fogliolina di timo, e servite.

Emulsione al pomodoro

In una padella fate rosolare 1 spicchio di aglio con un filo di olio; unite 200 g di pomodori, tagliati a dadini, e fate saltare per una decina di minuti. Regolate di sale e di pepe, unite qualche foglia di basilico e 2 g di succo di limone, frullate con un mixer a immersione e infine filtrate.

Gnocchetti di patate con zucchine gamberi e menta

Ingredienti (per 4 persone)

per gli gnocchetti
500 g di patate già lessate
150 g di farina tipo 1
30 g di pecorino romano
2 g di origano fresco
noce moscata
sale e pepe bianco

per il condimento
300 g di zucchine
200 g di code di gambero già sgusciate e pulite
20 g di pangrattato
1 g di curry
6 g di menta fresca
2 foglie di basilico
1 g di timo fresco
3 g di prezzemolo tritato
1 spicchio di aglio
20 g di passata di pomodoro
20 g di brandy
20 g di burro
olio extravergine di oliva
sale e pepe bianco

Preparazione

1. Preparate gli gnocchetti: schiacciate le patate con uno schiacciapatate; in una ciotola miscelate la farina con il pecorino grattugiato, l'origano e un pizzico di noce moscata, di sale e di pepe. Unite la purea di patate e amalgamate accuratamente fino a ottenere un composto omogeneo. Formate tanti rotolini e poi ricavate degli gnocchetti lunghi circa 2-3 cm.

2. Per il condimento: lavate e spuntate le zucchine, quindi tagliatele a rondelle sottili; in una padella fate scaldare un filo di olio, unite le zucchine e il curry, regolate di sale e di pepe, e fate saltare per una decina di minuti. Spegnete, profumate con il basilico e la menta, tritati, cospargete con il pangrattato e tenete da parte.

3. In una padella fate rosolare l'aglio con un filo di olio; unite le code di gambero, tagliate grossolanamente, e fatele saltare per 1-2 minuti. Sfumate con il brandy, aggiungete la passata di pomodoro, lasciate insaporire per 1 minuto e poi spegnete. Unite il burro, il prezzemolo e il timo, e mescolate. Aggiustate infine di sale e di pepe.

4. Lessate gli gnocchetti in acqua bollente e salata; man mano che salgono a galla, scolateli e versateli nella padella con le zucchine. Padellate per 1-2 minuti su fiamma vivace, quindi impiattate, cospargete con il sughetto di gamberi e servite.

ALICE TV

Gregori Nalon è in onda con il programma "PIATTI E MISFATTI". In onda su Alice tv!

Rotolini di zucchine e quinoa con salsa allo zafferano e mandorle

Ingredienti (per 4 persone)

2 zucchine
700 g di acqua
150 g di quinoa
10 g di maggiorana
1 spicchio di aglio
1 foglia di alloro
50 g di cipolla
50 g di vino bianco
olio extravergine di oliva
sale

per il pane aromatico
50 g di pane grattugiato
curry
paprica dolce
20 g di olio extravergine di oliva
sale e pepe bianco

per le mandorle
60 g di mandorle già pelate
5 g di aceto di vino bianco
10 g di acqua
2 g di cacao amaro in polvere
sale e pepe

Salsa allo zafferano

Fate sciogliere 1 bustina di zafferano in 150 g di panna di soia; regolate di sale e di pepe, mettete sul fuoco e portate a bollore. Spegnete, unite 20 g di pomodoro, tritato finissimamente, e 1 g di timo, e mescolate.

Preparazione

1. Tritate finemente l'aglio e la cipolla. In una pentola fate rosolare il trito ottenuto con un filo di olio, sfumate con il vino bianco, unite la foglia di alloro, un pizzico di sale e l'acqua, e portate a bollore. Nel frattempo lavate e spuntate le zucchine, quindi tagliatele a fette sottili nel senso della lunghezza. Lessatele per appena 1 minuto, scolatele e tenetele da parte.

2. Nella stessa acqua versate la quinoa e fatela cuocere per circa 10 minuti. Trascorso il tempo di cottura, scolatela e conditela con la maggiorana tritata. Stendete le fettine di zucchina su un foglio di carta forno e distribuite al centro la quinoa lessata. Arrotolate le zucchine, avvolgendole su se stesse, fino a ottenere tanti rotolini.

3. Per il pane aromatico: miscelate il pane grattugiato con un pizzico di curry e di paprica, e l'olio. Regolate di sale, profumate con una macinata di pepe e cospargete sui rotolini. Trasferiteli in una teglia, foderata con carta forno, e infornate a 170 °C per circa 10 minuti. Levate e tenete da parte.

4. In una padella raccogliete le mandorle, l'aceto di vino, l'acqua, il cacao e un pizzico di sale e di pepe; mettete sul fuoco e fate asciugare. Quando saranno ben tostate, levate e tenete da parte. Velate i piatti da portata con la salsa allo zafferano e adagiate sopra 2 rotolini. Cospargete con le mandorle tostate, e servite.

DOLCE

Fiori di zucchina ripieni con salsa alla vaniglia e fragole perlate

Salsa alla vaniglia

Portate a bollore 150 g di latte con 50 g di panna fresca, 20 g di zucchero di canna grezzo, i semi di 1/4 di bacca di vaniglia e un po' di scorza di limone; a parte lavorate 60 g di tuorli con 50 g di zucchero di canna grezzo e poi unite 2 g di zenzero fresco tritato e 1 pizzico di sale. Appena il latte bolle, abbassate la fiamma e versate a filo il composto di tuorli; spegnete subito, mescolate per bene e poi trasferite in un recipiente freddo. Filtrate e fate raffreddare.

Ingredienti (per 4 persone)

4 fiori di zucca grandi; 300 g di latte
50 g di zucchero di canna grezzo
1/4 di bacca di vaniglia; 30 g di rum
1 limone; 1 pezzetto di radice di zenzero; sale

per la farcia

150 g di ricotta; 30 g di zucchero di canna grezzo; 60 g di cioccolato bianco
1 g di sale; 5 g di cacao amaro in polvere
30 g di albume; cannella in polvere

per le fragole perlate

250 g di fragole; 100 g di zucchero di canna grezzo; 70 g di acqua
1/2 limone; 1 ciuffo di menta

per la guarnizione

cioccolato bianco in scaglie
1 ciuffo di menta

Preparazione

1. Per la farcia: in una ciotola raccogliete la ricotta, lo zucchero, il cioccolato, ridotto in scaglie sottili, il sale, il cacao, l'albume e un pizzico di cannella, e mescolate accuratamente fino a ottenere un composto omogeneo.

2. Pulite i fiori di zucca e sciacquateli delicatamente, quindi farciteli con il composto di ricotta. In una casseruola raccogliete il latte, lo zucchero, i semini della bacca di vaniglia, il rum, il sale e la scorza di limone e lo zenzero grattugiati. Mettete sul fuoco e portate a bollore, quindi disponete i fiori di zucca e fateli cuocere per qualche minuto. Scolate i fiori di zucca e tenete da parte.

3. Per le fragole perlate: in un pentolino mescolate lo zucchero con l'acqua e il succo e la scorza grattugiata del limone. Mettete sul fuoco, unite le fragole, tagliate a metà, e portate a bollore. Quindi spegnete, profumate con un po' di menta tritata e lasciate raffreddare. Scolate le fragole e tenetele da parte.

4. Distribuite la salsa di vaniglia fredda nelle fondine individuali. Mettete al centro il fiore di zucca e completate con qualche fragola perlata. Guarnite con qualche scaglia di cioccolato bianco e qualche fogliolina di menta, e servite.

in PUNTA di SPIEDINO

PREPARAZIONE TRA LE PIÙ DIFFUSE E AMATE, SOPRATTUTTO D'ESTATE, LO SPIEDINO VIENE DECLINATO IN SEI VERSIONI DIVERSE DAL MAGO DELLO SPIEDO MASSIMO PICCHERI. DAI TAGLI DI CARNE, TENERI E SUCCOSI, FINO AGLI ABBINAMENTI, ORIGINALI E STUZZICANTI, TUTTO È STUDIATO PER OTTENERE SECONDI SUCCULENTI E DAL SUCCESSO ASSICURATO

di EMANUELA BIANCONI; ricette di MASSIMO PICCHERI (Le Officine del Gusto, Roma) - foto e styling di ELISA ANDREINI

Spiedo di bocconcini di pollo e pesche marinate al vino bianco

Ingredienti (per 4 persone)

1 petto di pollo; 2 pesche
2 bicchieri di vino bianco
1 rametto di rosmarino
1 ciuffo di mentuccia
1 ciuffo di mirto
olio extravergine di oliva; sale

Preparazione

1. Lavate le pesche e sbucciatele, quindi eliminate il nocciolo e tagliatele a dadoni; tagliate il petto di pollo a bocconcini delle stesse dimensioni delle pesche. Raccogliete tutto in una ciotola e unite il vino e le erbe aromatiche, tritate. Mescolate, coprite con pellicola trasparente e fate riposare in frigorifero per circa un'ora.

2. Trascorso il tempo di marinatura, scolate i dadoni di petto di pollo e di pesca e realizzate gli spiedini alternandoli. In una padella scaldate un filo di olio, disponete gli spiedini e fateli rosolare su tutti i lati per qualche minuto. Condite con un pizzico di sale.

3. Sfumate con il liquido della marinatura, incoperchiate e proseguite la cottura per circa 15 minuti. Trascorso il tempo di cottura, disponete gli spiedini nei piatti da portata e servite.

Spiedini di quaglia ripiena di salsiccia e avvolta nella pancetta di suino nero

Ingredienti (per 4 persone)

**8 quaglie già eviscerate e pulite; 8 salsicce di cinta senese
8 fette di pancetta di suino nero dell'Appennino; 1 spicchio di aglio
1/2 cipolla; 100 g di pancetta di suino nero dell'Appennino in una fetta unica
qualche foglia di alloro; pomodorini costoluti piccoli; cipolline borretane
vino rosso; olio extravergine di oliva; sale e pepe**

1

FARCITE LE QUAGLIE
Spellate le salsicce e farcitevi le quaglie fino a riempirle completamente. Avvolgetele con le fette di pancetta di suino nero. Tagliate a dadini la pancetta in fetta unica.

2

REALIZZATE GLI SPIEDINI
Componete gli spiedini mettendo due quaglie per ciascuno e intervallandole con un dadino di pancetta, una foglia di alloro, mezzo pomodorino e una cipollina.

3

CUOCETELI IN PADELLA
In una padella fate rosolare lo spicchio di aglio in camicia e la cipolla, tritata finemente, con un filo di olio; disponete gli spiedini e fateli rosolare su tutti i lati per qualche minuto. Condite con un pizzico di sale e di pepe, sfumate con 1 bicchiere di vino, incoperchiate e proseguite la cottura per circa 30 minuti. Trascorso il tempo di cottura, prelevate gli spiedini e teneteli da parte in caldo.

4

PASSATE ALLA SALSA E SERVITE
Rimettete la padella sul fuoco, versate 1 bicchiere abbondante di vino rosso e lasciate ridurre su fiamma vivace fino a ottenere una salsa ben addensata. Disponete gli spiedini nei piatti da portata, mettendone due per ciascun commensale, irrorateli con la salsa, accompagnate con delle cipolline saltate e servite.

Bocconcini di agnello alle erbe e pomodorini secchi

(pag. 86)

Spiedini di cinta
e mangalica con prugne

(pag. 86)

Bocconcini di agnello alle erbe e pomodorini secchi

Ingredienti (per 4 persone)

1 coscio di agnello già disossato
1 ciuffo abbondante di erbe aromatiche miste (basilico, salvia, mirto, alloro, timo, menta e rosmarino)
2 spicchi di aglio
pomodorini secchi
aceto di vino bianco
olio extravergine di oliva
sale e pepe di Sichuan

Preparazione

1. Lavate le erbe aromatiche, sfogliatele e tritatele finemente. Tagliate il coscio di agnello a bocconcini di circa 2 cm di lato. Raccoglieteli in una ciotola, unite un goccio di aceto di vino bianco, le erbe aromatiche tritate e un pizzico di sale e di pepe. Mescolate, coprite con la pellicola trasparente e lasciate marinare a temperatura ambiente per circa 2 ore.

2. Con gli stecchini di legno realizzate gli spiedini alternando a ciascun bocconcino di agnello 1 pomodorino secco. In una padella fate rosolare gli spicchi di aglio, in camicia, con un filo di olio. Disponete gli spiedini e fateli rosolare per qualche minuto su entrambi i lati.

3. Sfumate con il liquido della marinata, incoperchiate e fate cuocere per circa 20 minuti. Nel frattempo preparate un'emulsione con l'olio, l'aceto di vino bianco e un pizzico di sale. Trascorso il tempo di cottura, irrorate gli spiedini con l'emulsione preparata, spegnete, portate in tavola e servite.

Spiedini di cinta e mangalica con prugne

Ingredienti (per 4 persone)

2 salsicce di cinta senese
2 salsicce di razza mangalica
200 g di polpa di collo di cinta senese
200 g di polpa di collo di razza mangalica
4-5 prugne
1 bicchiere di vino rosso
2 spicchi di aglio
1 ciuffo di alloro
1 rametto di rosmarino
qualche bacca di ginepro
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Dividete ciascuna salsiccia in 2 parti e tagliate la polpa di collo a bocconcini regolari. Lavate le prugne e tagliatele in quarti. Realizzate in tutto 4 spiedini seguendo quest'ordine: un bocconcino di salsiccia di cinta senese, una foglia di alloro, uno spicchio di prugna, un bocconcino di polpa di collo di cinta, uno di salsiccia di mangalitza, un'altra foglia di alloro, uno spicchio di prugna e infine un bocconcino di polpa di collo di mangalitza.

2. In una padella fate rosolare gli spicchi di aglio in camicia con un filo di olio; eliminate l'aglio, disponete gli spiedini e fateli rosolare su tutti i lati per qualche minuto. Sfumate con il vino, incoperchiate e proseguite la cottura per circa 15 minuti.

3. Trascorso il tempo di cottura, levate il coperchio, aggiungete un pizzico di sale, un po' di rosmarino tritato e le bacche di ginepro, pestate, e proseguite la cottura per altri 5 minuti.Distribuite gli spiedini nei piatti da portata, portate in tavola e servite.

Spiedini di sottocosce di pollo ruspante con speck mela verde ed emulsione al ginepro

Ingredienti (per 4 persone)

4 sottocosce di pollo già disossate
2 mele verdi
8 fette di speck
1 rametto di rosmarino
2-3 foglie di salvia
qualche bacca di ginepro
qualche grano di pepe rosa
2 spicchi di aglio
1 bicchiere di aceto di mele
1 limone
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Lavate accuratamente le mele verdi e tagliatele a fette spesse con tutta la buccia. Stendete le sottocosce di pollo su un tagliere, mettendole con la parte della pelle rivolta verso l'alto; aiutandovi con un cannello da cucina, privatele delle eventuali penne residue.

2. Girate le cosce e farcitele nel senso della lunghezza con le fette di speck e gli spicchi di mela alternati. Chiudete le cosce e fermate le estremità con gli stecchini di legno.

3. In una padella fate rosolare gli spicchi di aglio, in camicia, con un filo di olio; disponete gli spiedini di pollo e fateli rosolare su tutti i lati per qualche minuto. Regolate di sale e profumate con una macinata di pepe e le erbe aromatiche, tritate.

4. Sfumate con l'aceto di mele, incoperchiate e proseguite la cottura per circa 15 minuti. Nel frattempo preparate un'emulsione con l'olio, il succo di limone, le bacche di ginepro e i grani di pepe rosa, pestati.

5. Trascorso il tempo di cottura, disponete gli spiedini nei piatti da portata, irrorate con l'emulsione preparata e servite.

Spiedini di sottocosce di pollo ruspante con speck mela verde ed emulsione al ginepro

Spiedini di carne mista con zucchine peperone e patate novelle

Ingredienti (per 4 persone)

200 g di petto di pollo
200 g di manzo
200 g di maiale
200 g di vitella
2 zucchine
1 peperone rosso
16 patate novelle piccole
1 bicchiere di sidro di mele
qualche rametto di timo limonato
150 g di valerianella
olio extravergine di oliva
fiocchi di sale affumicato
sale

Preparazione

1. Lessate le patate novelle in abbondante acqua bollente e salata, quindi scolatele e lasciatele intiepidire. Sbucciatele e tagliatele a rondelle. Sciacquate il peperone, tagliatelo a metà ed eliminate semi e coste bianche interne. Quindi tagliatelo a cubetti di circa 2 cm.

2. Lavate le zucchine, spuntatele e tagliate anche queste a rondelle. Tagliate la carne a bocconcini. Con gli stecchini di legno realizzate gli spiedini seguendo quest'ordine: un bocconcino di pollo, una fettina di patata, un bocconcino di vitella, un cubotto di peperone, un bocconcino di maiale, una rondella di zucchina e infine un bocconcino di manzo.

3. In una padella fate scaldare un filo di olio, disponete gli spiedini e fateli rosolare per qualche minuto su tutti i lati. Condite con un pizzico di sale affumicato e profumate con un po' di timo limonato. Sfumate con il sidro di mele, incoperchiate e proseguite la cottura per circa 15 minuti.

4. Trascorso il tempo di cottura, disponete gli spiedini nei piatti da portata, mettendone due per ciascun commensale, e servite accompagnando il tutto con un po' di valerianella.

ABBONATI!

SCEGLI L'OFFERTA FINO AL 60% DI SCONTO

12 NUMERI DI ALICE + 6 NUMERI DE I QUADERNI a soli 45,00 euro oppure 12 NUMERI + 12 NUMERI DE I COLORI DELLA CUCINA a soli 54,00 euro

Ricevere ALICE CUCINA comodamente a casa tua è facile e conviene. Con l'abbonamento a 12 numeri si ha diritto a ricevere gratuitamente 6 numeri de **"I Quaderni"** oppure 12 numeri de **"I Colori della Cucina"**

• COME ADERIRE ALL'OFFERTA

SMS

MANDA UN SMS AL NUMERO **331 9914493**
Inserisci i tuoi dati anagrafici e la pubblicazione.
COME ESEMPIO: ROSSI MARIO!VIA MILANO 3!00184!ROMA!RM!ALICE CUCINA!IQUADERNI oppure ICOLORI

INTERNET

COLLEGATI AL SITO **http://almamedia.ieoinf.it**

TELEFONO

CHIAMA IL NUMERO **039 9991541**
Dal lunedì al venerdì, 9 -13/14 -18

FAX

INVIA UN FAX AL NUMERO **039 9991551**

CONTO CORRENTE

VERSAMENTO SUL C/C POSTALE N. **56427453** INTESTATO A:
Informatica e Organizzazione S.r.l.
Via F.lli Cernuschi, 22 - 23807 Merate (LC) (indicare causale)

POSTA

COMPILA E INVIA IL TAGLIANDO VIA POSTA (ANCHE FOTOCOPIA):

I MIEI DATI

COGNOME ______________________________

NOME ______________________________

VIA ______________________________ N° ______

CAP. ______ LOCALITÀ ______________________ PROV ______

PRESSO ______________________________

EMAIL ______________________________

TEL. ______________________________

IeO Informatica e Organizzazione S.r.l.
Via F.lli Cernuschi, 22 - 23807 Merate (LC)
Tel. 039 9991541 - Fax 039 9991551 (servizio cortesia)
Orari: 9 -13 / 14 -18 dal lunedì al venerdì

*Abbonamento per l'estero a 12 numeri (per i residenti della Zona1- Europa) al costo di 129,90 euro.

ALICE CUCINA + I QUADERNI

+

12 NUMERI + 6 NUMERI

INVECE DI **54,00** EURO +
12 NUMERI
32,40 EURO +
6 QUADERNI
22,32 EURO =
SPESE DI SPEDIZIONE
~~108,72~~ EURO

ALICE CUCINA + I COLORI DELLA CUCINA

+

12 NUMERI + 12 NUMERI

INVECE DI **106,80** EURO +
12 ALICE CUCINA
+ 12 COLORI
30,48 EURO =
SPESE DI SPEDIZIONE
~~137,28~~ EURO

IL MENSILE PIÙ RICCO + PAGINE FOTO RICETTE SCUOLE

RATATOUILLE!

PREPARAZIONE TIPICA DELLA CUCINA FRANCESE, IN PARTICOLARE PROVENZALE, LA RATATOUILLE VIENE REALIZZATA IN QUATTRO VERSIONI DIVERSE DALLA NOSTRA MONICA BIANCHESSI. DALLA PIÙ CLASSICA FINO A QUELLE PIÙ ORIGINALI, SONO UNA PIÙ GUSTOSA E FRAGRANTE DELL'ALTRA

di EMANUELA BIANCONI; ricette di MONICA BIANCHESSI - foto di EMANUELA DE SANTIS (ritratto)
foto di MARIE SJÖBERG, prop-stylist EMANUELA ROTA e food-stylist ALICE ADAMS (ricette)

Ratatouille

Ingredienti (per 6-8 persone)

300 g di cipolle bianche; 1 peperone rosso; 2 peperoni verdi; 1 kg di zucchine
800 g di melanzane; 700 g di pomodori ramati; 4 spicchi di aglio
1 ciuffo di basilico; olio extravergine di oliva; sale

Preparazione

1. Sbucciate le cipolle e tagliatele a fettine. Lavate i pomodori, tagliateli a metà, eliminate i semi e fateli a filetti. Sciacquate i peperoni, tagliateli a metà, eliminate semi e coste bianche interne e fateli a listerelle. Lavate e mondate le zucchine e le melanzane, e poi tagliatele a dadi.

2. Fate cuocere i peperoni in una padella antiaderente con un filo di olio per circa 15 minuti. Regolate di sale, prelevate i peperoni, teneteli da parte e cuocete allo stesso modo le zucchine e poi le melanzane.

3. Quando tutte le verdure saranno cotte, fate rosolate l'aglio in una casseruola con un filo di olio; unite le verdure cotte, le cipolle e i pomodori, e fate cuocere per circa 30 minuti. Spegnete, trasferite in un piatto da portata, profumate con il basilico e servite.

Terrina di ratatouille

Ingredienti (per 6-8 persone)

3 peperoni carnosi (rosso, giallo e verde)
1 melanzana media
2 zucchine; 1 cipolla bianca
250 g di pomodorini ciliegino
8 foglie di basilico
6 uova
250 ml di latte
1 spicchio di aglio
80 g di pecorino grattugiato
1 pizzico di noce moscata
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Lavate le verdure e mondatele, quindi tagliate i peperoni, la melanzana e le zucchine a cubetti. Tagliate i pomodorini a metà, la cipolla a fettine sottili e il basilico a striscioline. In una casseruola fate soffriggere la cipolla con l'aglio schiacciato, un filo di olio e 20 ml di acqua per appena 3 minuti.

2. Unite i peperoni e le zucchine, e proseguite la cottura per altri 5 minuti. Regolate di sale. In un'altra padella fate dorare i dadini di melanzana con un filo di olio. Aggiustate di sale. Aggiungete i dadini di melanzana al resto delle verdure, unite i pomodorini, mescolate e tenete tutto da parte.

3. In una ciotola sbattete le uova con il latte, il pecorino, il basilico e la noce moscata. Regolate di sale e di pepe. Sistemate le verdure in uno stampo da plumcake, foderato con carta forno, versate il composto di uova e infornate a 170 °C per 35-40 minuti. Sfornate e lasciare intiepidire, quindi sformate e servite.

Zucchine ripiene di farro alla ratatouille

Ingredienti (per 6 persone)

6 zucchine rotonde
80 g di farro già lessato
3 piccoli peperoni (rosso, verde, giallo)
3 cipollotti
1 piccola melanzana
3 pomodori ramati
6 foglie di basilico
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Lavate le zucchine, tagliate la calotta superiore e con uno scavino togliete la polpa interna (tenetela da parte): al termine dovrete ottenere dei contenitori concavi. Fate cuocere le zucchine al vapore per 8 minuti. Lavate la melanzana e tagliatela a cubetti, quindi fateli saltare in una padella antiaderente con un filo di olio.

2. Una volta dorati, salate, mescolate, scolate su carta assorbente da cucina e tenete da parte. Lavate i peperoni e tagliateli a cubetti; scottate i pomodori in acqua bollente, quindi levateli, privateli della pelle e dei semini interni e poi tritateli. Tagliate i cipollotti a fettine sottili e fateli dorare in una padella con 1 cucchiaio di olio e 20 ml di acqua.

3. Unite i peperoni e proseguite la cottura a fuoco medio per 5 minuti. Tagliate la polpa delle zucchine e aggiungetela alle verdure; fate cuocere per altri 5 minuti, unite i pomodori e regolate di sale. Proseguite la cottura per altri 3 minuti, quindi spegnete, aggiungete la melanzana, il farro cotto e il basilico, e mescolate. Regolate di sale e di pepe.

4. Sistemate le zucchine in una teglia, foderata con carta forno, e riempitele con il composto preparato. Chiudetele con le calotte superiori e poi infornate a 180 °C per 20-30 minuti, o comunque fino a doratura. Levate e servite.

ALICE TV

Monica Bianchessi è in onda con il programma "PRONTO IN TAVOLA". Su Alice tv!

Ratatouille veloce con fagioli cannellini

Ingredienti (per 6-8 persone)

2 cipolle bianche
3 zucchine
5 pomodori San Marzano in scatola
1 finocchio piccolo
250 g di fagioli cannellini già lessati
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Sbucciate le cipolle e tagliatele a fettine sottili. Mondate e sciacquate il finocchio, quindi tagliate anche questo a fettine facendo attenzione al taglio e seguendo la direzione delle fibre. Lavate, spuntate e tagliate a listerelle le zucchine. In una casseruola scaldate 4 cucchiai di olio, unite la cipolla, il finocchio e le zucchine, e lasciate rosolare per qualche minuto.

2. Versate 25 ml di acqua e proseguite la cottura per 5 minuti. Aggiungete i pomodori, tagliati a filetti, e i fagioli cannellini, ben scolati dal liquido di conservazione e poi sciacquati sotto l'acqua corrente. Mescolate e proseguite la cottura per altri 5 minuti. Regolate di sale e di pepe e poi spegnete il fuoco. Impiattate, guarnite con un filo di olio a crudo e servite.

In libreria "I dolci fatti in casa": da Monica Bianchessi tante ricette facili e veloci per dolci supergolosi! (Sitcom Editore, 19,90 euro).

INSALATISSIME

DALLE CIOTOLE COLORATE FINO ALLE POSATE DI DESIGN, ECCO TUTTO L'OCCORRENTE PER REALIZZARE E SERVIRE INSALATONE ALLEGRE, FRAGRANTI E GOURMAND

di EMANUELA BIANCONI

1. Colorato (lo dice il nome) e divertente, *Colors* è il set da insalata di **Maiuguali**. Prezzo: 15 euro.

2. Stilosissime e pratiche, l'insalatiera *Anguria* e le posate *Insalata* di **Zak!designs** sono in melamina. Prezzi: 10,90 euro (posate) e 21,90 euro (insalatiera).

3. Per condire le insalatone, ecco *Dolls Lei&Lui*, il divertente porta sale e pepe di **Maiuguali**. Prezzo: 24 euro (l'uno).

4. *Spruzzino* è ideale per condire in modo uniforme e nella quantità desiderata insalatone e piatti di verdure. Di **Ipac**. Prezzo: 9 euro.

5. Per aromatizzare emulsioni o piattoni di insalata, ecco le grattugie della serie Gourmet di **Microplane**. Con 5 differenti tipologie di lame. Prezzo: 28,95 euro (l'una).

6. *Tulip* è l'elegante set per insalata con base porta posate e contenitore per miscelare vinaigrette ed emulsioni. Di **Maiuguali**. Prezzo: 32 euro.

7. Per asciugare perfettamente l'insalata, è perfetta la centrifuga dei **Fratelli Guzzini**. Disponibile anche in rosso e grigio. Prezzo: a partire da 37 euro.

8. Dalle forme fantasiose, le insalatiere a forma di pera e mela di **Villa D'Este Home Tivoli** sono in plastica colorata. Prezzo: 6 euro (l'una).

9. Per realizzare golosi spaghetti di verdure, ecco il coltello a spirale di **Gefu**. Distribuito da Schoenhuber. Prezzo: 10,10 euro.

10. Elegante e raffinata, l'oliera di **Emile Henry** è in ceramica HR. Prezzo: 29,90 euro.

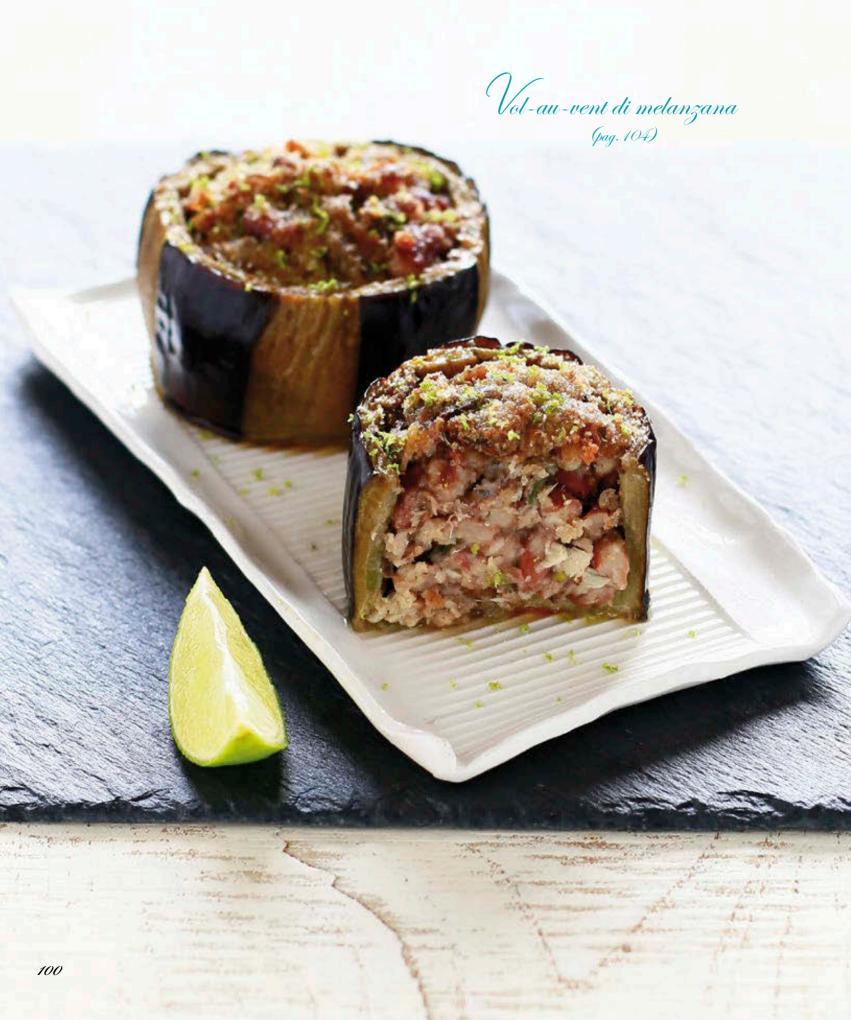
SVUOTATI DELLA POLPA E GENEROSAMENTE FARCITI, PATATE, PEPERONCINI, MELANZANE E ZUCCHINE SI TRASFORMANO IN PIATTI UNICI GOLOSI, PERFETTAMENTE EQUILIBRATI NEI SAPORI E ADATTI ALLA STAGIONE. PAROLA DI MASSIMO MALANTRUCCO

a cura della redazione; ricette di **MASSIMO MALANTRUCCO** - foto e styling di **STEFANIA ZECCA**
FRANCESCO STRAZZACAPPA (step)

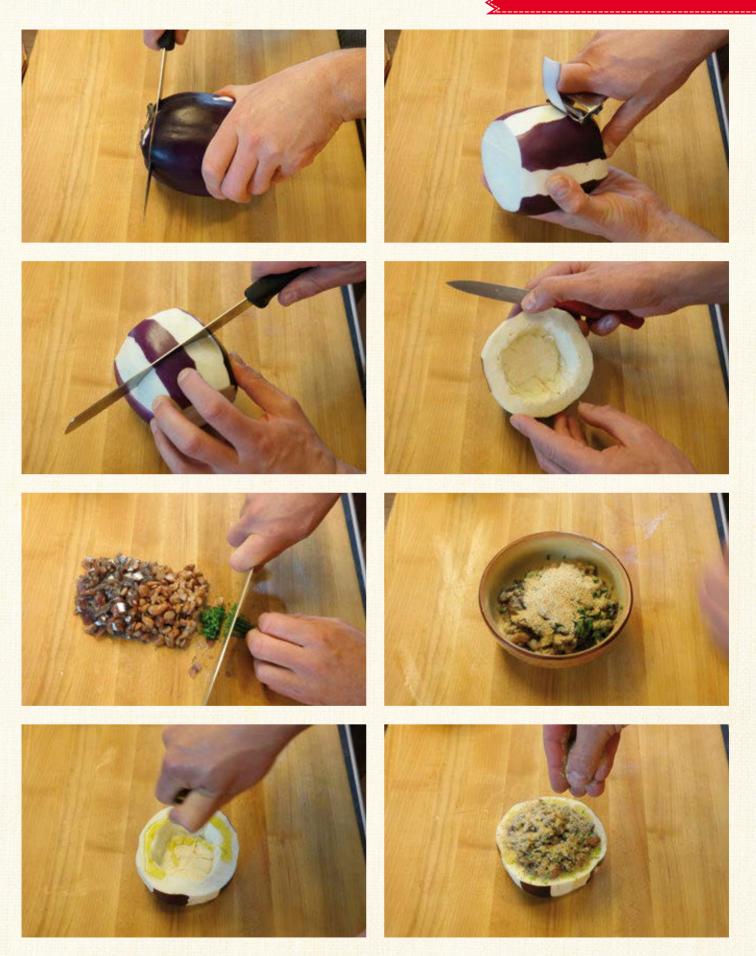
Patate farcite con bresaola e pesto (pag. 104)

RIPIENI di GUSTO

Rocoto

Il Rocoto è una qualità di peperoncino originario del Perù; si distingue per la sua amabile piccantezza (si attesta a 100.000 Scoville) e il gusto molto aromatico e particolare. In questa ricetta il ripieno è con ingredienti dal sapore più dolce, proprio per attutire e rendere gradevole al palato la sua piccantezza. Ricetta con pochi ingredienti, senza aromi, ma dal gusto incantevole.
La Scala di Scoville (o più brevemente Scala Scoville) è una scala di misura della piccantezza di un peperoncino. Questi frutti del genere Capsicum contengono alcune sostanze, dette capsaicinoidi, di cui la più abbondante è la capsaicina, un composto chimico che stimola i recettori del caldo VR1 (recettori per i vanilloidi 1), situati anche sulla lingua.
La Scala Scoville ha un valore di 16.000.000 per la capsaicina pura; il peperoncino più piccante al mondo, il Carolina Reaper, si attesta a 2.200.000 SHU (Scoville Heat Units).

Vol-au-vent di melanzana

(pag. 104)

Zucchine tre gusti
(pag. 105)

Patate farcite con bresaola e pesto

Ingredienti (per 2 persone)

2 patate grandi
8 fette di bresaola
12 fette sottili di puzzone di Moena; 20 foglie di basilico; 30 g di pistacchi già sgusciati
20 g di parmigiano grattugiato; paprica dolce burro; sale

per la guarnizione
pistacchi già sgusciati

1. Lavate accuratamente le patate sotto l'acqua corrente fredda e poi asciugatele con carta assorbente da cucina. Dividetele a metà nel senso della lunghezza, senza sbucciarle. Inserite uno spiedino longitudinalmente a una distanza di 1/2 cm dalla base tagliata: questo servirà per creare un fermo al taglio. Quindi tagliate le patate a fette molto sottili, spesse circa 2 mm: in questo modo il condimento penetrerà meglio all'interno.

2. Una volta effettuato il taglio, rimuovete lo spiedino, aprite le patate leggermente a ventaglio e, aiutandovi con un pennello da cucina, conditele con un po' di burro fuso. Quindi salate e cospargete con un pizzico di paprica dolce. Spennellate con un altro po' di burro fuso, per far penetrare il condimento all'interno delle fette.

3. Foderate una teglia con un foglio di carta forno, disponete le patate e fatele cuocere in forno già caldo a 180 °C per circa 40 minuti. A metà cottura, levate, spennellate con un altro po' di burro fuso e portate a cottura.

4. Tagliate in quattro le fette di bresaola e a strisce larghe quelle di puzzone di Moena. Nel frattempo preparate un pesto: sciacquate delicatamente le foglie di basilico e asciugatele con carta assorbente da cucina. Raccoglietele in un mortaio, unite i pistacchi e iniziate a pestare fino a ottenere un composto granuloso.

5. Unite il parmigiano grattugiato e 30 g di burro fuso, e proseguite a lavorare fino a ottenere un pesto omogeneo. Trascorso il tempo di cottura, sfornate le patate e inserite le fette di bresaola all'interno delle lamelle di patata. Distribuite sopra il pesto e coprite con le strisce di formaggio.

6. Trasferite nuovamente in forno a 180 °C e fate cuocere fino a quando il formaggio e il pesto saranno ben fusi. Sfornate, spennellate con un altro po' di burro fuso e guarnite con qualche lamella di pistacchio. Distribuite nei piatti da portata e servite ben caldo.

Rocoti ripieni

Ingredienti (per 2 persone)

2 peperoncini Rocoto del diametro di 6-8 cm
200 g di cipolla dorata
300 g di bietola già pulita
farina; 40 g di burro; sale

Preparazione

1. Sbucciate la cipolla e tritatela grossolanamente. In una casseruola fate sciogliere 20 g di burro, unite la cipolla tritata, condite con un pizzico di sale e fate appassire su fiamma dolce.

2. Sciacquate accuratamente la bietola, asciugatela e poi tritatela grossolanamente. In un'altra casseruola fate sciogliere il burro restante, unite la bietola, salate e fatela appassire per circa 10-15 minuti. Dal momento che la bietola tenderà a espellere acqua, prima di spegnere il fuoco, aggiungete 1 cucchiaio di farina, mescolate e fate addensare.

3. Sciacquate i peperoncini Rocoto e tagliateli all'estremità, facendo attenzione a non recidere la parte che sorregge i semi. Una volta separato il cappello, eliminate a questo punto i semi senza bucare il frutto.

4. Premendo sui bordi, farcite i peperoncini con la cipolla e distribuite la bietola al centro fino a coprire tutto il peperoncino. Chiudete con il cappello e trasferiteli in una teglia, foderata con carta forno. Infornate in forno già caldo a 200 °C e fate cuocere per circa 30 minuti.

5. Trascorso il tempo di cottura, sfornate e lasciate intiepidire, quindi trasferite in un piatto da portata e servite tiepido o ancora meglio freddo.

Vol-au-vent di melanzana

Ingredienti (per 2 persone)

1 melanzana viola grande
250 g di alici fresche (o sardine); 150 g di fagioli borlotti già lessati
10 fili di erba cipollina
1 lime; 1 ciuffo di prezzemolo; pangrattato
olio extravergine; sale

Preparazione

1. Pulite le alici fresche e sciacquatele delicatamente sotto l'acqua corrente fredda, quindi tagliatele a pezzetti di circa 1 cm. Tritate grossolanamente i fagioli borlotti; sciacquate l'erba cipollina e il prezzemolo, e tritateli finemente.

2. In una ciotola raccogliete le alici, i fagioli e il trito di erbe aromatiche. Aggiungete 2 cucchiai di pangrattato e 2 cucchiai di olio, condite con un pizzico di sale e mescolate.

3. Lavate bene la melanzana, tagliate le estremità e, aiutandovi con un pelapatate, pelatela a strisce alternate. Dividetela a metà, così da ottenere due parti tonde uguali, e con l'aiuto di un coltellino scavate l'interno lasciando la base integra.

4. Salate leggermente la parte interna e ungetela per bene con un filo di olio; farcite con il ripieno a base di alici e fagioli, cospargete con la scorza del lime grattugiata e spolverizzate con un po' di pangrattato.

5. Disponete le melanzane in una teglia, foderata con carta forno, irrorate con abbondante olio e infornate in forno statico a 180 °C per circa 50 minuti. Nel frattempo spremete il succo del lime, aggiungete 3 cucchiai di olio e sbattete per bene fino a ottenere un'emulsione.

6. Trascorso il tempo di cottura, sfornate e trasferite le melanzane in un piatto da portata. Spennellate i bordi con l'emulsione di lime e olio, guarnite la superficie con alcune gocce sempre di emulsione e servite ben caldo.

Zucchine tre gusti

Ingredienti (per 4 persone)

8 zucchine romanesche grandi
210 g di mollica di pancarrè
150 g di totani già puliti
80 g di gorgonzola
15 g di prezzemolo
3 scalogni
1 bicchiere di passata di pomodoro densa
1 spicchio di aglio
5 foglie di basilico; latte
olio extravergine di oliva
sale

vi servono inoltre
foglie di bietola

Preparazione

1. Sciacquate accuratamente le zucchine sotto l'acqua corrente fredda, quindi eliminate le estremità e dividetele in pezzi lunghi circa 8-10 cm. Con l'apposito strumento, scavate delicatamente le zucchine e tenete da parte la polpa ricavata. Procedete lentamente ruotando la lama e facendo attenzione a non forare la buccia.

2. Sciacquate i totani e tagliateli a pezzetti. In una padella fate rosolare l'aglio, tritato, con un filo di olio; unite i totani, mescolate e fate cuocere per una decina di minuti. Spegnete e fate raffreddare, quindi trasferite il tutto in un mixer da cucina.

3. Aggiungete la polpa delle zucchine e il prezzemolo, e frullate fino a ottenere un composto omogeneo. Unite un terzo della mollica di pancarrè, tagliata a cubetti piccoli, e mescolate a mano. Tenete da parte il composto ottenuto.

4. Tritate finemente gli scalogni e fateli soffriggere in una padella con un filo di olio. Appena saranno ben appassiti, versate la passata di pomodoro, profumate con il basilico, tritato, e aggiustate di sale. Mescolate e fate cuocere fino a ottenere un ragù molto ristretto. Spegnete e fate raffreddare. Incorporate un terzo della mollica di pancarrè, tritata, e amalgamate fino a ottenere un composto omogeneo.

5. Stemperate il gorgonzola con 3 cucchiai di latte freddo, unitevi la mollica di pancarrè restante, tritata, e impastate per bene. Farcite le zucchine con i tre composti, spingendo per bene la farcia in una sola direzione: in questo modo eviterete che si creino spazi vuoti all'interno.

6. Disponete le foglie di bietola in una vaporiera e adagiate sopra le zucchine: in questo modo il vapore si diffonderà con maggiore delicatezza. Fate cuocere per circa 30 minuti, quindi levate e fate raffreddare (è possibile che un po' di ripieno fuoriesca per via del calore: se così fosse, non appena tiepido, potete reinserirlo facilmente all'interno).

7. Tagliate le zucchine come fossero dei maki, disponeteli nei piatti da portata e serviteli freddi. A piacere, potete lasciarli al naturale oppure condirli con un filo di olio a crudo. Il gusto del ripieno e la dolcezza della zucchina sono sufficienti per stupire qualsiasi palato.

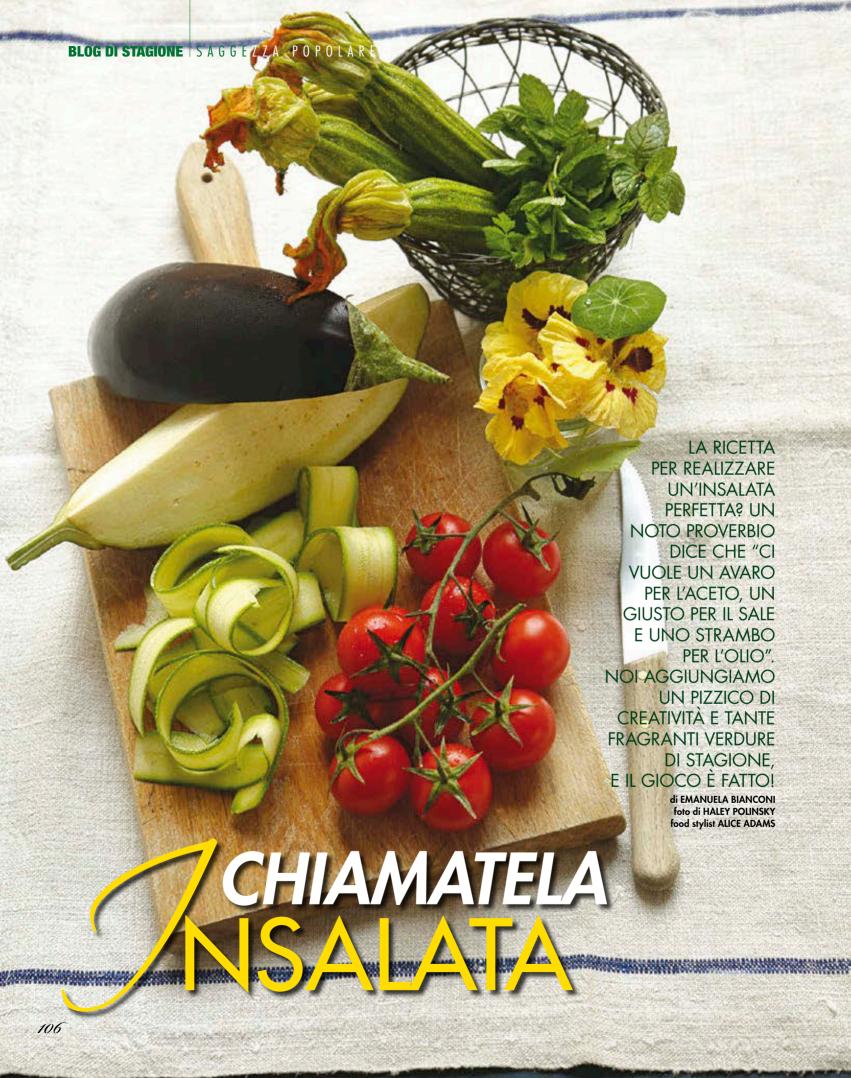
di Massimo Malantrucco

Se volete realizzare ricette di sicuro successo, vanno tenute in considerazione tre cose importanti:

- Calibrate la scelta degli ingredienti del ripieno in base alle caratteristiche della verdura che lo contiene; procedete a un metodo di cottura lento e che consenta agli aromi dei vari ingredienti di legare.
- Nel calibrare i diversi ingredienti, tenete conto dell'acidità, della piccantezza o della robustezza del gusto della verdura principale, e cercate di smorzare le note prevalenti; nel caso di verdure dal gusto morbido e non predominante, realizzate invece un ripieno dai sapori decisi.
- Le cotture consigliate sono al forno, in casseruola, nel coccio, a vapore oppure brasate; non è esclusa anche la frittura per piccoli tagli di verdure sfiziose.

LA RICETTA PER REALIZZARE UN'INSALATA PERFETTA? UN NOTO PROVERBIO DICE CHE "CI VUOLE UN AVARO PER L'ACETO, UN GIUSTO PER IL SALE E UNO STRAMBO PER L'OLIO". NOI AGGIUNGIAMO UN PIZZICO DI CREATIVITÀ E TANTE FRAGRANTI VERDURE DI STAGIONE, E IL GIOCO È FATTO!

di **EMANUELA BIANCONI**
foto di **HALEY POLINSKY**
food stylist **ALICE ADAMS**

CHIAMATELA INSALATA

Pomodorini alla vaniglia con burrata rucola mandorle tostate e nasturzi

Ingredienti (per 4 persone)

600 g di pomodorini ciliegino
1 mazzetto di rucola
1 burrata
80 g di mandorle già tostate
1 bacca di vaniglia
fiori nasturzi
250 ml di olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Lavate i pomodorini, incideteli a croce e lessateli in acqua bollente per 2 minuti; scolateli, immergeteli in acqua fredda e poi eliminate la pellicina. Incidete la bacca di vaniglia e prelevate i semini con la punta di un coltello.

2. In una ciotola versate l'olio, unite i semini di vaniglia e mescolate; aggiungete i pomodorini e fate riposare in frigorifero per una notte intera. Trascorso il tempo di riposo, pulite e sciacquate accuratamente la rucola, quindi distribuitela nei piatti da portata. Adagiate sopra i pomodorini, ben scolati.

3. Disponete la burrata, mettendola a lato, e cospargete il tutto con le mandorle, tritate grossolanamente. Condite con l'olio alla vaniglia e un pizzico di sale, guarnite con i fiori nasturzi, e servite.

VEGETARIANA

Insalata di soncino con camembert mirtilli pere e aceto balsamico

Ingredienti (per 4 persone)

200 g di soncino
2 pere abate
1/2 limone
160 g di camembert o brie
160 g di mirtilli
aceto balsamico; miele
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Lavate il soncino, i mirtilli e le pere; tagliate quest'ultime a fettine sottile e irroratele con il succo del limone. Tagliate a pezzetti il formaggio. In un barattolino versate 3 cucchiai di olio, 1 cucchiaio di aceto balsamico e 1/2 cucchiaino di miele, chiudete e agitate per bene.

2. Distribuite le fettine di pera nei piatti da portata e mettete sopra il soncino, il formaggio e i mirtilli. Irrorate con l'emulsione preparata, condite con un pizzico di sale, profumate con una macinata di pepe e servite.

Farro con datterini al timo zucchine grigliate caprino ed erbe aromatiche
(pag. 112)

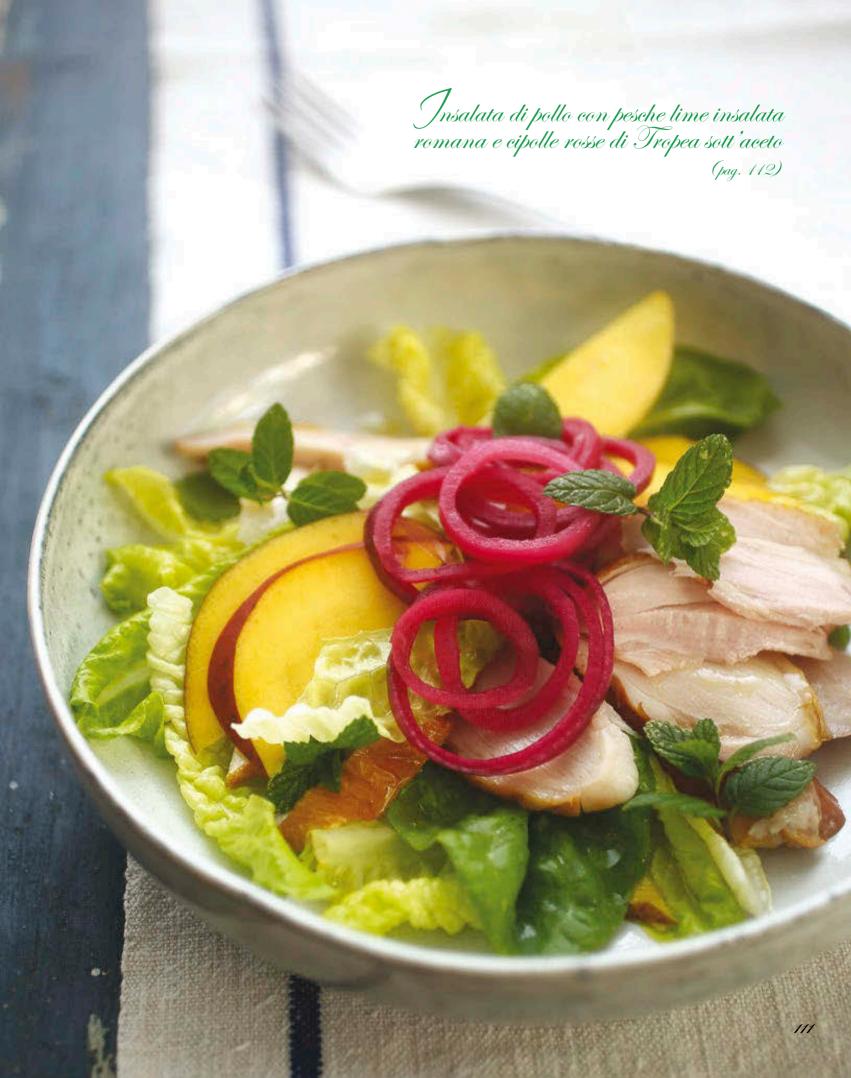
VEGETARIANA

VEGANA

Quinoa con melanzane peperoni arrostiti salsa tahina e pane arabo croccante

(pag. 112)

Insalata di pollo con pesche lime insalata romana e cipolle rosse di Tropea sott'aceto

(pag. 112)

Farro con datterini al timo zucchine grigliate caprino ed erbe aromatiche

Ingredienti (per 4 persone)

250 g di farro perlato
250 g di pomodorini datterino; 3 zucchine
100 g di caprino
1 ciuffo di erbe aromatiche miste (basilico, origano, maggiorana e salvia)
qualche rametto di timo
zucchero
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Lavate i pomodorini e tagliateli a metà. Disponeteli in una teglia, foderata con carta forno, e conditeli con un pizzico di sale, di pepe e di zucchero; irrorate con un filo di olio, profumate con un po' di timo tritato e infornate a 140 °C per circa un'ora.

2. Trascorso il tempo di cottura, spegnete e lasciate riposare i pomodorini per un'altra ora all'interno del forno.

3. Lavate e spuntate le zucchine, quindi tagliatele a rondelle e grigliatele su una piastra con un filo di olio. Lessate il farro in acqua bollente e salata per il tempo indicato sulla confezione, scolatelo per bene e raccoglietelo in una ciotola. Unite le zucchine grigliate e i pomodorini, condite con un filo di olio, aggiustate eventualmente di sale e profumate con le erbe aromatiche, tritate.

4. Impiattate l'insalata di farro, guarnite con il caprino a ciuffetti e qualche fogliolina delle erbe aromatiche, e servite.

Quinoa con melanzane peperoni arrostiti salsa tahina e pane arabo croccante

Ingredienti (per 4 persone)

250 g di quinoa
1 melanzane grande
1 peperone rosso
120 g di pane arabo
1 limone; origano secco
salsa tahina
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Lavate il peperone, trasferitelo in una teglia, conditelo con un filo di olio e infornate a 190 °C per circa mezz'ora, girandolo in tanto in tanto. Poi levatelo, mettetelo in una busta di carta del pane e lasciatelo raffreddare.

2. Pelate il peperone ormai freddo, eliminate semi e coste bianche interne e tagliatelo a listerelle. Sciacquate la melanzana e tagliatela a fette spesse circa 1 cm, quindi conditele con un pizzico di sale e mettetele in un colapasta per una decina di minuti. Trasferitele in una teglia, foderata con carta forno, condite con un filo di olio e infornate a 190 °C per circa 20 minuti. Levate e tenete da parte.

3. Sciacquate accuratamente la quinoa e lessatela in acqua bollente e salata per circa 15 minuti. Scolatela e tenetela da parte. Mescolate 2 cucchiai di salsa tahina con 2 cucchiai di olio e il succo del limone. Tagliate a fettine sottili il pane arabo e friggetele in abbondante olio ben caldo; quando saranno ben dorate, scolatele e fatele asciugare su carta assorbente da cucina. Condite con un pizzico di sale e profumate con l'origano secco.

4. In una ciotola raccogliete la quinoa, il peperone a listerelle e le melanzane, tagliate a striscioline. Condite con la salsa tahina e un pizzico di sale e di pepe, quindi impiattate, completate con le fettine di pane arabo e servite.

Insalata di pollo con pesche lime insalata romana e cipolle rosse di Tropea sott'aceto

Ingredienti (per 4 persone)

400 g di pollo affumicato
2 pesche noce
1 cespo di insalata romana
2 cipolle rosse di Tropea
1 lime
1 cucchiaio di maionese
1 ciuffo di menta
aceto di vino rosso
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Sbucciate le cipolle e tagliatele a rondelle, quindi raccoglietele in una ciotola e copritele con l'aceto di vino rosso. Trasferite in frigorifero e fate riposare per almeno un'ora.

2. Mondate e sciacquate accuratamente le foglie di insalata, quindi asciugatele per bene, spezzettatele e raccoglietele in una ciotola capiente. In un barattolino versate 3 cucchiai di olio, il succo del lime, la maionese e un pizzico di sale e di pepe. Chiudete e agitate per bene.

3. Tagliate il pollo a fettine. Sciacquate le pesche e tagliatele a spicchi sottili. Versate l'emulsione sull'insalata, mescolate accuratamente e distribuite nei piatti da portata. Adagiate sopra le fettine di pollo e gli spicchi di pesca, guarnite con le rondelle di cipolla, ben scolate, e qualche fogliolina di menta, e servite.

Caesar salad di zucchine marinate pancetta uova e crostini di pecorino

Ingredienti (per 4 persone)

4 zucchine romanesche; 1 limone
150 g di pancetta tesa a fettine
4 uova; 100 g di pecorino romano
aceto di vino bianco
senape di Digione
4 fette di pane raffermo
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Lavate e spuntate le zucchine, quindi tagliatele a fettine sottili con un pelapatate. Conditele con il succo del limone, un filo di olio e un pizzico di sale e di pepe, e fatele marinare per almeno 2 ore.

2. Scaldate una padella antiaderente, disponete le fette di pancetta e fate cuocere fino a quando saranno ben dorate. In un pentolino portate a bollore abbondante acqua salata e acidulata con 1 cucchiaio di aceto. Sgusciate le uova, fatele scivolare nell'acqua e poi cuocetele per 3 minuti. Scolatele e tenetele da parte (le uova vanno cotte uno alla volta).

3. Scaldate un'altra padella antiaderente, distribuite tanti dischetti di pecorino grattugiato e fateli dorare da entrambi i lati. Levate e fate raffreddare. Tagliate a tocchetti il pane e friggeteli in una padella con un filo di olio.

4. Mescolate 2 cucchiai di olio con 1 cucchiaino di senape e 1 cucchiaio di aceto. Distribuite le zucchine nei piatti da portata e conditele con il dressing alla senape; aggiungete la pancetta, il pane tostato e i crostini di pecorino. Adagiate sopra un uovo in camicia e servite.

Dolomiti gourmand

TRA I PRATI E I BOSCHI DELLE DOLOMITI FRIULANE C'È UNA CUCINA CHE PROFUMA DI MONTAGNA E DELLE ERBE SPONTANEE DELLA VICINA CARNIA. ANDIAMOLE A SCOPRIRE: LA MAGICA NOTTE DI SAN GIOVANNI È VICINA E BISOGNA PREPARARE IL MAZZETTO...

testi e foto di **MASSIMILIANO RELLA**

Nel paese di Sequal, noto per aver dato i natali a un grande pugile italiano, Primo Carnera, il "gigante buono", c'è un piccolo agriturismo, *Il Belvedere*, con una serra di piante officinali e fiori eduli che esalta tutta la naturalità della migliore cucina locale. A gestirlo marito e moglie: lo chef Stefano Scalco, 50 anni, usa ingredienti dell'azienda e di produttori del territorio. Le erbe e i fiori eduli del giardino sono coltivati invece dalla moglie Silva, che governa anche la brace del *fogolàr*, il tipico camino aperto delle taverne friulane e ottimo strumento per cucinare alla brace tante golosità: agnello, tagliate, bistecche, braciole di maiale, tutto cotto con legno di faggio. Nel giardino sul retro, in una luminosa serra, 150 varietà di erbe e fiori, rarità e curiosità utilizzate in cucina: la menta-albicocca, i gerani *pelargonium* alla menta, la menta-cioccolato, il geranio-arancio, il timo al limone, il basilico cannella, il pepe d'acqua (grandi foglie per arrotolare il pesce speziandolo), l'erba pepe, il finocchio di mare e tante altre essenze, tutte usate nella cucina de *Il Belvedere*. Tra i piatti che celebrano al meglio il giardino delle spezie c'è il "raviolo alle 3 salvie"(salvia

1. L'incantevole agriturismo Pian dei Tass, sulle Dolomiti Friulane, a Barcis.

UNA CELEBRITÀ "AUTOCTONA"DEI PASCOLI DELLE DOLOMITI

La pezzata rossa della Val Cimoliana

2

Blecs (maltagliati) di ortica con ragù di agnello al forno verdurine e pecorino dolce

3

4

5

Ricetta di Daniele Corte e della moglie Angelina, Osteria Ai Cacciatori

Ingredienti (per una teglia da 28 cm di diametro)

per la pasta: **400 g di farina 00 (più altra per spolverizzare) 10 g di ortica già lessata 4 uova; olio extravergine di oliva; sale**

per il condimento: **400 g di coscia di agnello già macinata; 1 cipolla 1 costa di sedano; 2 carote; 1 melanzana; 1 peperone; 2 zucchine 1 ciuffo di erbe aromatiche (timo, maggiorana, rosmarino…) 1 spicchio di aglio; pecorino dolce; olio extravergine di oliva; sale**

Preparazione

1. Per la pasta: fate la classica fontana con la farina, unite al centro le uova, l'ortica, tritata finemente, un filo di olio e un pizzico di sale, e impastate energicamente fino a ottenere un composto sodo e omogeneo. Formate una palla, coprite e lasciate riposare per una mezz'ora.

2. Trascorso il tempo di riposo, stendete la pasta in una sfoglia sottile e con una rotella ricavate tanti maltagliati. Trasferiteli su un vassoio, leggermente spolverizzato di farina, e fate asciugare.

3. In una padella fate appassire la cipolla, tritata, con un filo di olio. Unite il macinato di agnello, mescolate e fate cuocere per una decina di minuti. Regolate di sale, trasferite in forno e proseguite la cottura fino a quando il fondo di cottura sarà ben asciutto.

4. Mondate e tagliate a dadini tutte le verdure, quindi fatele saltare in un'altra padella con un filo di olio e l'aglio. Unite le verdure e la carne, profumate con le erbe aromatiche tritate, amalgamate e proseguite la cottura per altri 5 minuti.

5. Lessate la pasta in acqua bollente e salata, quindi scolatela e versatela in padella con il ragù. Mantecate per 1-2 minuti, impiattate, cospargete con scaglie di pecorino, e servite.

diavola, salvia *del gregge* e salvia rossa), spadellato con burro e ricoperto di salvia diavola in *tempura*, un piatto casalingo delicato e gustoso.
Sarà un caso se nel vicino paese di Maniago si afferma storicamente un comparto di alta specializzazione in coltelli e strumenti da taglio? Dopo un giro nel museo dell'arte fabbrile e della coltelleria di precisione meritano la visita il borgo di Poffabro, tutto casette in pietra e legno abbellite da gerani, e a seguire verso nord: quella "cartolina" del lago di Barcis, i paesaggi spettacolari della Val Cimoliana – nel cuore del Parco delle Dolomiti Friulane – e la forza della natura che pervade le grotte di Pradis e le forre dell'Orrido; già il nome fa paura. Merita infine la Diga del Vajont – anche se purtroppo ammantata da ricordi tristi e tragici. Era il 1963, l'acqua spazzò via interi borghi, tra Erto e Longarone. Si contarono oltre 1.900 vittime.
Inseguendo cose più allegre finiamo nella taverna di montagna della famiglia Tinor, in Valcellina, che gestisce un agriturismo con meleto (6 varietà), produce suc-

Da 2. a 5. Step di preparazione dei Blecs di ortica, piatto dell'Osteria Ai Cacciatori, Cavasso Nuovo. 6. Ravioli alle 3 salvie, specialità del ristorante Belvedere, Sequals.
7. e 8. Lo Gnocco verde senza patate e il Filetto di maiale ai frutti di bosco e mele del ristorante Gelindo dei Magredi, Vivaro.
9. La Crème brûlée all'elicriso, dessert del ristorante Belvedere.

Il Mac di San Zuan

In piena fioritura di erbe officinali e aromatiche, in questi luoghi si compie un rito propiziatorio con la raccolta e la composizione del *Mac di San Zuan*, ovvero Mazzo di San Giovanni, una ventina in tutto, contenenti al centro i fiori bianchi della Barba di Capra. Il tutto benedetto in chiesa e posto a protezione della casa. Tradizione vuole, infatti, che nella notte tra 23 e 24 giugno, San Giovanni benedicesse la fioritura cospargendola di una rugiada che, raccolta, si rivelasse poi miracolosa.(G.M.)

Più unici che rari

Una ricerca varietale sugli antichi vitigni autoctoni, alcuni a rischio d'estinzione, cominciata oltre quarant'anni fa, ha permesso a Emilio Bulfon di arrivare a produrre vini di qualità e di territorio dai nomi curiosi. Tra i bianchi il sapido *Cividin* e l'armonico *Sciaglìn*, sia fermo sia spumante *extra dry*, dalle uve omonime. Tra i rossi il *Cianorie* in purezza, poco tannico e beverino; il *Forgiarìn*, dai sentori di sottobosco ampi e persistenti; il *Piculìt Neri* dai profumi erbacei con sfumature di vaniglia. E ancora: il *Pecòl Ros* che profuma di mirtilli e more e il *Cordenossa*, dagli aromi di frutti di bosco. A questi si aggiungono un passito di *ucelùt* in purezza e un Moscato Rosa. Uve rare dai nomi originali per vini interessanti.

chi di frutta, marmellate e accoglie i turisti in un ristorante montanaro, semplice e genuino. Da non perdere la cucina casalinga di Mario e Olga, marito e moglie, che ci fanno assaggiare il *frico* (ritagli di vari formaggi fusi) con erbette locali. E poi: le verze con le mele, il maialino con le mele, lo strudel e la torta di frutta. L'ambiente montano è fantastico, c'è anche uno *chalet* con 5 camere dove rimarremmo volentieri qualche giorno di più, se non ci richiamasse all'ordine il dover

10. e 11. La salvia diavola e rossa del giardino del ristorante Belvedere. 12. Silva Delle Case nel giardino delle erbe del ristorante Belvedere. 13. Le etichette della cantina Bulfon riprendono un affresco medievale, l'Ultima Cena, della chiesetta dei Battuti, a Pinzano al Tagliamento.

14

15

Non solo montasio

La *Latteria Tre Valli*, il caseificio di Carlo Tosoni, Luigino Bertoia e Gloriano Corazza, a Travesio, offre la possibilità di assistere alla lavorazione nel laboratorio artigianale a vista. Il latte vaccino è fornito ogni giorno da una stalla locale che alleva *frisone* e *pezzate rosse*. Riscaldato in caldaie di rame fino alla rottura della cagliata, il latte è trasformato in tipicità casearie come il Montasio (a diverse stagionature) e specialità come il Travesio, il Menduno e il goloso Dolce Val Cosa, preparato con un'aggiunta di panna. Il *frico* (da mangiare fuso con la polenta, le uova, le patate oppure le erbe), è fatto con i residui della produzione di formaggi non salati. Della serie "non si butta niente".

16

Da 14. a 16. Le fasi di lavorazione del formaggio Travesio nella Latteria Tre Valli, Travesio.

Prelibatissima

La *Pitina della Val Tramontina*, salume di carne di pecora o capra, presidio *Slow Food*, nasce dalla tradizione di recuperare la carne magra di animali adulti. La polpa, ripulita di grasso e tendini, è tritata con aggiunta di lardo e pancetta di maiale e impastata con sale, pepe, vino, aglio ed erbe di montagna. Compattata a forma di polpetta viene passata in farina di mais e affumicata un paio di giorni. La Pitina fresca si mangia cotta, in burro e polenta. Stagionata circa 60 giorni, si può gustare anche a fette, come un salume. Tra i migliori produttori c'è Filippo Bier, erede di una storica macelleria di Meduno, ma con laboratori a Cavasso Nuovo.

19

17. La Pitina della Valtramontina della Macelleria Bier, Cavasso Nuovo. 18. Le tipiche case di Poffabro, incantevole borgo della provincia di Pordenone. 19. Bambini alla Festa della Fienagione di Vivaro.

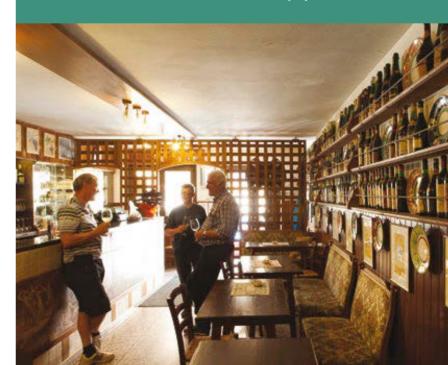
di cronaca. Ad attenderci, infatti, c'è un personaggio noto alle guide della ristorazione nazionale: Daniele Corte, Danèl per gli amici. Dal 1992 insieme alla moglie cuoca, Angelina, gestisce con successo la storica *Osteria Ai Cacciatori*, fondata nel 1860 a Cavasso Nuovo, aperta però dal 1860. La cucina è quella tradizionale e stagionale friulana e comprende qualche piatto rivisitato. Tra i piatti da non perdere i "Blecs di ortica (maltagliati) con ragù d'agnello al forno, verdurine e pecorino dolce" sono la ricetta che vi consigliamo questo mese. Danèl usa solo prodotti locali e qualche presidio Slow Food, come la *cipolla rossa di Cavasso* e la *Pitina della Val Tramontina*, un salume tipico friulano. Sotto alle Dolomiti le eccellenze fioccano.

MANGIARE

AGRITURISMO SASSO D'ORO
Il ristorante di un agriturismo specializzato nella coltivazione di tartufi, kiwi, mele e prugne. **Via del Capitel 4, Solimbergo, Sequals (Pn); tel. 0427 93587 www.sassodoro.pn.it**

BELVEDERE
Ingredienti di produzione propria e del territorio, erbe e fiori eduli coltivati in loco. Grigliate al fogolàr. Chiuso lunedì; d'inverno anche domenica. Conto 38€ senza bevande. **Via Odorico 54, Sequals (Pn); tel. 0427 93016 www.albelvedere.it**

GELINDO DEI MAGREDI
Ricette tradizionali e ottime materie prime dell'azienda agricola della famiglia Trevisanutto (ortaggi e frutta, carni bovine e suine, salumi e prosciutti). Conto 28€ senza bevande. **Via Roma 16, Vivaro (Pn); tel. 0427 97037 www.gelindo.it**

IL FURLETTO
La taverna e ristoro vicino alle Grotte di Pradis, gestita dalla cooperativa Alkosa. Offre cucina tipica a base di polenta, formaggi, selvaggina, pesce d'acqua dolce. Chiuso lunedì. **Via Pradis di Sotto 101, Pradis, Clauzetto (Pn); tel. 0427 80167 – 333 5079898 www.liveandplay.net**

OSTERIA AI CACCIATORI
Trattoria a conduzione familiare, mette in tavola la più autentica tradizione gastronomica friulana con menu stagionali. Chiuso a gennaio e luglio. **Via Armando Diaz 4, Cavasso Nuovo (Pn); tel. 0427 777800**

PIAN DEI TASS
Piatti di montagna semplici e saporiti nell'azienda agrituristica della famiglia Tinor. Aperto sempre giugno/settembre; solo fine settimana novembre/marzo. Conto 24€ senza bevande. **Via Pentina 13/a, Barcis (Pn) tel. 0427 76282 www.agripiandeitass.it**

TRATTORIA AL MARESCIAL
Tagliatelle e gnocchi fatti in casa, gulasch, grigliate di carne in un locale rustico. Conto 30€. Chiuso lunedì. **Via Villa 105, Travesio (Pn) tel. 0427 90012 www.marescial.it**

DORMIRE

AGRITURISMO SASSO D'ORO
Dieci camere semplici e accoglienti, un giardino, giochi per bambini, piscina e impianti per appassionati del volo, dalla pista per ultraleggeri fino al supporto per i deltaplanisti che si lanciano dal monte Valinis. Doppia con colazione da 60€. **Via del Capitel 4, Solimbergo, Sequals (Pn) tel. 0427 93587 www.sassodoro.pn.it**

BELVEDERE
L'albergo all'interno dell'agriturismo offre ospitalità in 22 comode camere, organizza escursioni nel territorio pedemontano, offre servizio di noleggio gratuito di biciclette e wifi. Doppia e colazione a buffet 80€. **Via Odorico 54, Sequals (Pn) tel. 0427 93016 www.albelvedere.it**

SHOPPING

CANTINA EMILIO BULFON
Visite e degustazioni su prenotazione, 8/10€ con abbinamento di prodotti locali. **Via Roma 4, Pinzano al Tagliamento (Pn); tel. 0432 950061; www.bulfon.it**

CANTINA FERNANDA CAPPELLO
Si degusta in un moderno locale con bar e spuntini. Visite e degustazioni su prenotazione da 5 a 9€ con abbinamento di specialità locali. **Strada di Sequals 15, Sequals (Pn); tel. 0427 93291 www.fernandacappello.it**

LATTERIA DI TRAVESIO "TRE VALLI"
Caseificio artigianale con punto vendita,

chiuso domenica e lunedì pomeriggio. **Via Garibaldi 20, Travesio (Pn); tel. 0427 90104; www.tosoniformaggi.it/it/a_produzione.aspx**

MACELLERIA BIER
Indirizzo da non perdere per rifornirsi della rara e gustosa Pitina della Val Tramontina. **Via Roma 1, Meduno (Pn) tel. 0427 86189 www.macbier.it**

VEDERE

MUSEO DELL'ARTE E DELLE COLTELLERIE
Nella dismessa fabbrica Coricama, ne racconta la storia con esposizioni e con la ricostruzione di ambienti di lavoro e spazi multimediali (**www.ecomuseolisaganis.it**).

PARCO NAZIONALE DELLE DOLOMITI FRIULANE
Area di 37mila ettari tra le province di Pordenone e Udine, dalla Valcellina alla Valle dell'Alto Tagliamento; la forra della Stretta di Gote offre una parete attrezzata per arrampicate (**www.dolomitifriulane.info**).

LAGO DI BARCIS
Per gli amanti degli sport acquatici; è circondato da un sentiero pedonalizzato in legno, accessibile anche alle bici (**www.turismofvg.it**).

GROTTE DI PRADIS E ALLA FORRA DELL'ORRIDO
Un complesso di antichissime cavità carsiche e canyon (**www.ecomuseolisaganis.it**).

DIGA DEL VAJONT
Visite guidate nei luoghi della memoria e nel museo di Longarone (**www.prolocolongarone.it**).

ALL'ARIA APERTA

LE SPLENDIDE IMMAGINI DELLE DOLOMITI FRIULANE VI HANNO FATTO VENIRE VOGLIA DI PICNIC E PRANZI *EN PLEIN AIR*? NON VI RESTA CHE ARMARVI DELL'OCCORRENTE E PARTIRE!

di EMANUELA BIANCONI

1. Picnic per 2 o per 4 persone? A ciascuno la sua cesta, con tutto l'occorrente per approntare un pranzo all'aria aperta impeccabile. Di **Cilio**, distribuito da Schoenhuber. Prezzo: da 54,90 euro.

2. Dall'elegante motivo a farfalla, il coprivivande di **Villa D'Este Home Tivoli** è in tulle ricamato in rafia. Prezzo: 7,70 euro.

3. Perfetto per gli amanti del campeggio, il mini apriscatola di **Ipac** è adatto a tutte le lattine, di ogni forma e dimensione. Prezzo: 5,90 euro.

4. Per gli amanti delle camminate, ecco *Garda*, il pratico zaino da picnic per 4 persone. Di **Cilio**, distribuito da Schoenhuber. Prezzo: 62,50 euro.

5. Pratico e funzionale, *Bibita* è il set di **Maiuguali** da quattro bottiglie in vetro, complete di cannuccia e tappo. Prezzo: 21 euro.

6. Per trasportare sandwich e panini, ecco *Sandwichbag* di **Valira**. Distribuito da Schoenhuber. Prezzo: 13 euro.

7. Per portare acqua o vino, ecco il porta bottiglie di **Novità Home**. In metallo e con pratico manico in legno. Prezzo: 40 euro.

8. Ideale per trasportare insalatone di pasta o riso, *Pietanziera* di **Ipac** è in acciaio inox. Prezzo: a partire da 12 euro.

9. *Lunch Box* di **Zak!designs**, completo di posate, è dotato di due scomparti ed è disponibile in 4 colori diversi. Prezzo: 21 euro.

INFORCATE L'OCCHIALONE

SPECIE PARTICOLARMENTE RICERCATA PER LA BONTÀ DELLE CARNI, LA PEZZOGNA – ANCHE CONOSCIUTA COME *OCCHIALONE* (PER I CARATTERISTICI OCCHI GRANDI), *BESUGO*, *MUPO* E COSÌ VIA – È LA PROTAGONISTA DEL MENU DI MICHELE CHINAPPI. DALL'ANTIPASTO, IN CUI VIENE SERVITA A CRUDO, COSÌ DA APPREZZARNE DELICATEZZA E FRESCHEZZA, FINO AL SECONDO PIATTO, IN CUI È COTTA NEL PIÙ CLASSICO DEI MODI, ALL'ACQUA PAZZA, È TUTTO UN TRIONFO DI SAPORI E FRAGRANZE

di EMANUELA BIANCONI; ricette di MICHELE CHINAPPI (Ristorante Chinappi di Formia Latina); indicazioni e tabelle nutrizionali di Giuseppe Nocca - foto e styling di ELISA ANDREINI

La pezzogna (*Pagellus bogaraveo*), anche nota come occhialone, occhino, besugo…, si distingue per la pinna pettorale di un bel giallo lucente, per gli occhi molto grandi e una fronte prominente. Di colore rosa argenteo, con una vistosa macchia nera all'inizio della linea laterale, vive solo in profondità; nel periodo estivo tra giugno e agosto la specie raggiunge la taglia massima adatta per la riproduzione e inizia la deposizione delle uova. La pezzogna vive in piccoli branchi su fondali limitatamente profondi e non oltre i 600 metri di profondità, in prossimità della costa, dove si nutre di piccoli crostacei e molluschi. È oggetto di cattura finalizzata con reti di profondità o con palangaro. Non può essere commercializzato se la taglia è inferiore ai 33 cm di lunghezza; durante l'estate le sue carni sono particolarmente sapide, anche per il picco massimo di deposizione del grasso che può raggiungere il 3,7%. In cucina è agevole da manipolare poiché la lisca centrale si distacca facilmente dai filetti.

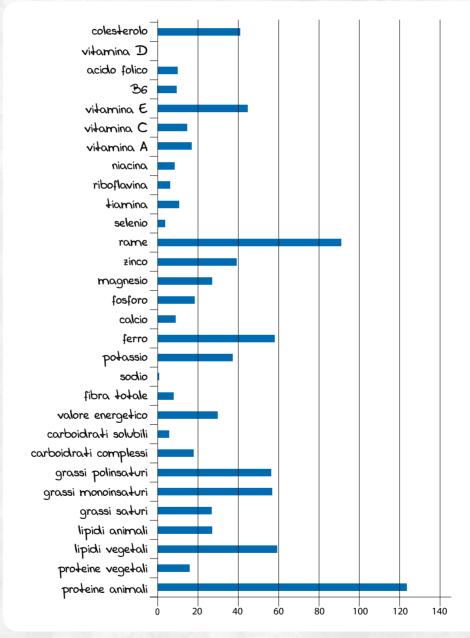
ABBINAMENTO: CATARATTO

Antico vitigno autoctono siciliano produce vini bianchi di un bel giallo paglierino, con sentori fruttati e floreali molto delicati. Con diversa tecnologia viene utilizzato per la produzione del vino liquoroso marsala.

Gli autori di questa rubrica: da sinistra Giuseppe Nocca, lo chef Salvatore Marcia, Anna e Michele Chinappi.

VALUTAZIONE NUTRIZIONALE*

Malgrado la parziale disponibilità dei valori nutrizionali ufficiali della pezzogna, il menu presenta una media densità energetica (199 kcal/100 g) e da solo riesce a soddisfare l'assunzione giornaliera di proteine animali; ottimo l'apporto di ferro e potassio. Sarà opportuno durante il resto della giornata bilanciare il pasto con l'assunzione di proteine di origine vegetale (pane, pasta, legumi). Buona la disponibilità di lipidi di origine vegetale tra cui interessante è l'assunzione dei grassi polinsaturi che esercitano grandi benefici sull'efficienza del sistema cardiovascolare.

***Giuseppe Nocca è docente di Scienza dell'Alimentazione presso l'IPSSAR "A. Celletti" di Formia, Latina. È socio onorario della Associazione Cuochi del Golfo di Formia ed esperto di prodotti agricoli tradizionali.**

Percentuale di soddisfacimento dell'apporto giornaliero di alcuni nutrienti secondo valori di riferimento per un consumatore sano che pratichi uno stile di vita sedentario a seguito dell'assunzione di un pasto completo di 300 g comprensivo di carpaccio di pezzogna, spaghettoni con pezzogna e pezzogna all'acqua pazza; (Fonte dati : Banca dati Istituto Europeo di Oncologia, Centro di Ricerche Alimenti e Nutrizione – CRAN, Società italiana di Nutrizione Umana –SINU)

Carpaccio di pezzogna rucola e melone

(pag. 130)

SCUOLA DI CUCINA

Carpaccio di pezzogna rucola e melone

Ingredienti (per 4 persone)

1 pezzogna
200 g di rucola
1/2 melone bianco
olio extravergine di oliva
sale

1

VIA LA TESTA

Incidete il pesce con un coltello al di sotto della pitta pettorale. Fate lo stesso dall'altro lato ed eliminate la testa.

2

EVISCERATELO

Incidete il ventre del pesce dalla pinna anale fino alla testa ed evisceratelo sotto l'acqua corrente.

3

INCIDETELO

Incidete il dorso del pesce, seguendo la linea della lisca centrale, fino alla coda.

4

RICAVATE IL FILETTO
Spingete la lama più in profondità e fatela scorrere lungo la lisca centrale, sollevando il filetto man mano che si stacca.

5

PASSATE ALL'ALTRO LATO
Procedete così anche dall'altro lato.

6

ELIMINATE LA PELLE
Spellate i filetti delicatamente, passando la lama del coltello tra pelle e polpa.

7

COMPLETATE E SERVITE
Disponete i filetti su un foglio di pellicola trasparente e con l'aiuto di un batticarne schiacciateli ripetutamente per renderli molto sottili. Distribuiteli nei piatti da portata, guarnite con tocchetti di melone e qualche fogliolina di rucola. Condite con un filo di olio, aggiustate di sale e servite.

Spaghettone con pezzogna pinoli tostati e salsa di capperi

Ingredienti (per 4 persone)

320 g di spaghettoni
1 pezzogna da circa 700 g
40 g di pinoli già tostati
120 g di capperi
vino bianco
olio extravergine di oliva
sale

per la guarnizione
cucunci

Preparazione

1. Eviscerate una pezzogna senza eliminare né testa né coda e sciacquatela accuratamente sotto l'acqua corrente fredda; separate i due filetti superiore e inferiore rimuovendo la lisca centrale e la pelle esterna. Tagliate i filetti a tocchetti, scottateli in un tegame con un filo di olio e poi sfumate con un goccio di vino bianco. Regolate di sale, spegnete e tenete da parte.

2. Versate i pinoli in un tegame antiaderente e aggiungete un filo di olio, quindi fateli tostare per circa 1-2 minuti fino all'iniziale doratura. Levate e tenete da parte. In un frullatore versate 80 g di olio, aggiungete i capperi dissalati e frullate per circa 1 minuto fino a ottenere una salsa omogenea.

3. Lessate gli spaghettoni in acqua bollente e salata; a metà cottura, scolateli, versateli nel tegame con i tocchetti di pezzogna, aggiungete la salsa di capperi e ultimate la cottura. Impiattate, guarnite con i pinoli tostati e qualche cucuncio, e servite.

Pezzogna all'acqua pazza

Ingredienti (per 4 persone)

1 pezzogna da circa 800 g
200 g di pomodorini ciliegino
1 spicchio di aglio; 1 ciuffo di prezzemolo; 1 ciuffo di basilico
olio extravergine di oliva; sale

Preparazione

1. Eviscerate una pezzogna senza eliminare né testa né coda e sciacquatela accuratamente sotto l'acqua corrente fredda. Disponetela in una padella e aggiungete lo spicchio di aglio, schiacciato, un pizzico di sale e un filo di olio.

2. Profumate con le erbe aromatiche, aggiungete i pomodorini, tagliati a metà, mettete sul fuoco e fate cuocere per circa 15-20 minuti. Trascorso il tempo di cottura, levate e servite immediatamente.

A TUTTA PARMIGIANA!

RICCHE, GOLOSE, SUCCULENTE, IN UNA PAROLA: IRRESISTIBILI! LE PARMIGIANE SONO PROPRIO COSÌ. A CHI IL MERITO DELL'INVENZIONE DI QUESTA PREPARAZIONE? DIFFICILE DIRLO. ORIGINARIA DEL SUD ITALIA, CONTESA COM'È TRA CAMPANIA E SICILIA, A OGGI LA PARMIGIANA DI MELANZANE HA CONQUISTATO I PALATI DI MEZZO MONDO. NOI VE LA PROPONIAMO IN CINQUE IRRESISTIBILI VERSIONI, TUTTE ORIGINALI E CREATIVE!

a cura della redazione; ricette e foto di SILVIA CENSI

Parmigiana di melanzane e peperoni

(pag. 136)

Parmigiana di melanzane zucchine e patate

(pag. 136)

Parmigiana di melanzane e peperoni

Ingredienti (per 6 persone)

4-5 melanzane lunghe
1 peperone rosso
1 peperone giallo
500 g di pomodori pelati
300 g di mozzarella di bufala affumicata
100 g di parmigiano
1 spicchio di aglio
1 rametto di origano
2-3 friselle
2-3 cucchiai di capperi sotto sale
1 vasetto di filetti di acciuga sott'olio
1 ciuffo di prezzemolo
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Abbrustolite i peperoni sulla fiamma del fornello utilizzando uno spargifiamma. Raccoglieteli in un sacchetto di carta del pane, chiudete e lasciate intiepidire per una ventina di minuti. Quindi, levateli, spellateli, tagliateli a metà, eliminate i semi e le coste bianche interne e fateli a falde larghe.

2. Sbriciolate grossolanamente le friselle. Tagliate a fette la mozzarella di bufala affumicata, raccoglietele in un colapasta e lasciate asciugare per una mezz'ora. Lavate le melanzane, asciugatele e spuntatele. Tagliatele in fette sottili nel senso della lunghezza, spennellatele con un po' di olio e grigliatele per qualche minuto su una piastra ben calda, girandole a metà cottura. Levate e tenete da parte.

3. Scaldate un filo di olio in una casseruola con l'aglio schiacciato. Eliminate quest'ultimo, unite i pomodori pelati, schiacciateli con una forchetta e fate restringere a fuoco medio, mescolando ogni tanto. Poco prima del termine, regolate di sale e profumate con un po' di origano sfogliato e una macinata di pepe.

4. Velate una pirofila con un po' di sugo di pomodoro e disponete a strati melanzane, peperoni rossi, melanzane e peperoni gialli, inframezzando ogni strato di ortaggi con uno strato di mozzarella, qualche filetto di acciuga, capperi, briciole di friselle, parmigiano e sugo.

5. Continuate così fino a esaurire gli ingredienti, terminando con mozzarella, briciole e parmigiano. Condite con un filo di olio, mettete in forno già caldo a 180 °C e fate cuocere per una ventina di minuti. Levate, decorate con una fogliolina di prezzemolo e servite.

Parmigiana di melanzane zucchine e patate

Ingredienti (per 6 persone)

4-5 melanzane lunghe
4-5 patate
3-4 zucchine
250 g di mozzarella di bufala affumicata
1 ciuffo di prezzemolo
1 ciuffo di basilico; 2 uova
parmigiano grattugiato
pangrattato; farina; burro
olio extravergine di oliva; sale e pepe

Preparazione

1. Lessate le patate per 30 minuti a partire dal bollore. Scolatele, sbucciatele e passatele allo schiacciapatate. Salate, amalgamate e tenete da parte.

2. Tagliate a fette la mozzarella di bufala affumicata, raccoglietele in un colapasta e lasciate asciugare per una mezz'ora. Lavate le melanzane, asciugatele, spuntatele e tagliatele a fette sottili nel senso della lunghezza. Lavate le zucchine, asciugatele, spuntatele e tagliatele a fette spesse come quelle di melanzana.

3. Setacciate un po' di farina in un piatto; rompete le uova in un altro piatto e sbattetele giusto per slegarle; versate un po' di pangrattato in un terzo piatto. Passate le fette di melanzana prima nella farina, quindi nelle uova e infine nel pangrattato. Fate lo stesso con le zucchine. Friggete le melanzane e le zucchine in abbondante olio ben caldo. Man mano che sono pronte, scolatele su un foglio di carta assorbente da cucina.

4. Imburrate una pirofila e disponete sul fondo uno strato di melanzane. Profumate con un po' di prezzemolo tritato, coprite con uno strato di mozzarella e pepate. Continuate con uno strato di passato di patate, messo con un sac à poche con bocchetta rigata, spolverizzate con abbondante parmigiano e qualche fiocchetto di burro e chiudete con uno strato di zucchine (senza pressarlo, per non schiacciare il passato di patate).

5. Coprite con un altro strato di passato di patate, sempre con il sac à poche, e continuate come prima. Ripetete la sequenza degli strati fino a esaurire gli ingredienti, terminando con le melanzane e una spolverizzata di parmigiano; mettete in forno già caldo a 180 °C e fate cuocere per una ventina di minuti. Levate, guarnite con qualche fogliolina di basilico e servite.

Parmigiana di melanzane fagiolini pisellini e zucchine

Ingredienti (per 6 persone)

4-5 melanzane lunghe
200 g di zucchine trombetta o piccole
400 g di fagiolini
200 g di pisellini già sgranati
400 g di mozzarella di bufala

2 dl di besciamella
100 g di parmigiano grattugiato; 2 cipollotti
1 ciuffo di basilico
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Tagliate la mozzarella a fette, raccoglietele in un colapasta e lasciatele asciugare per una ventina di minuti. Lavate e asciugate le melanzane, spuntatele e tagliatele a fette sottili. Spennellate le fette di melanzana con un po' di olio e grigliatele su una piastra ben calda. Levate e tenete da parte.

2. Lavate i fagiolini, spuntateli e lessateli in acqua bollente e salata per 10 minuti. Scolateli e teneteli da parte. Lavate le zucchine, spuntatele e tagliatele a fette sottili. Tritate i cipollotti. Raccogliete zucchine e cipollotti in una padella con un filo di olio e fateli saltare per qualche minuto. Unite i piselli e i fagiolini, aggiustate di sale, profumate con una macinata di pepe e lasciate insaporire per pochi minuti.

3. Ungete una pirofila con un po' di olio e disponete uno strato di melanzane. Continuate con uno strato delle verdure saltate in padella, coprite con uno di mozzarella e completate con un po' di besciamella e qualche fogliolina di basilico.

4. Ripetete la sequenza degli strati fino a esaurire gli ingredienti. Spolverizzate con il parmigiano, mettete in forno già caldo a 200 °C per 15-20 minuti. Levate, profumate con un altro po' di basilico, lasciate intiepidire qualche minuto e servite.

Parmigiana di melanzane fagiolini pisellini e zucchine

Parmigiana di melanzane e taccole

Ingredienti (per 6 persone)

4-5 melanzane lunghe; 600 g di taccole; 500 g di pomodori pelati; 400 g di scamorza 1 cipolla; 200 g di pecorino grattugiato; peperoncino; olio extravergine di oliva; sale e pepe

Preparazione

1. Lavate le taccole, spuntatele e lessatele in acqua bollente per una decina di minuti. Scolatele e tagliatele a pezzetti. Lavate e asciugate le melanzane, spuntatele e tagliatele a fette sottili nel senso della lunghezza. Spennellate le fette di melanzana con un po' di olio e grigliatele su una piastra ben calda. Levate e tenete da parte. Tagliate a fette la scamorza.

2. Affettate sottilmente la cipolla e fatela soffriggere in una casseruola con un filo di olio. Aggiungete i pomodori pelati, schiacciateli con una forchetta, profumate con un po' di peperoncino (secondo il vostro gusto) e fate restringere. Unite le taccole, regolate di sale, pepate e lasciate insaporire per un paio di minuti. Levate e tenete da parte.

3. Velate una pirofila con un po' del sugo rosso delle taccole, disponete uno strato di melanzane, coprite con le taccole al pomodoro e terminate con uno strato di scamorza. Ripetete la sequenza degli strati fino a esaurire gli ingredienti, terminando con le taccole al pomodoro. Spolverizzate con il pecorino, mettete in forno già caldo a 200 °C e fate cuocere per 15-20 minuti. Levate, lasciate intiepidire per qualche minuto e servite.

Parmigiana di melanzane con ragù di salsiccia

Ingredienti (per 6 persone)

5-6 melanzane lunghe
300 g di fiordilatte
800 g di pomodori pelati
300 g di salsicce
1 carota
1 cipolla
1 costa di sedano
1 ciuffo di basilico
parmigiano grattugiato
vino bianco
burro
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Tagliate a fette il fiordilatte, raccoglietele in un colapasta e lasciate asciugare per una mezz'ora. Lavate le melanzane, asciugatele e spuntatele. Tagliatele a fette spesse circa 1/2 cm e friggetele in abbondante olio ben caldo. Man mano che sono pronte, scolatele su un foglio di carta assorbente da cucina. Al termine salate e pepate.

2. Mondate gli odori, tritateli e fateli appassire in una casseruola con un filo di olio. Aggiungete le salsicce, spellate e sgranate, e fate rosolare. Sfumate con il vino bianco, unite i pomodori, schiacciateli con una forchetta e fate restringere a fuoco medio, mescolando ogni tanto, fino a ottenere un ragù della giusta consistenza.

3. Imburrate 6 vasetti di vetro sterilizzati, velateli con po' di ragù, quindi componete le parmigiane alternando melanzane, ragù, un po' di parmigiano, qualche fogliolina di basilico e fiordilatte a fette.

4. Ripetete la sequenza degli strati, fino a esaurire gli ingredienti, terminando con melanzane, ragù e parmigiano. Mettete in forno già caldo a 180 °C e fate cuocere per una ventina di minuti. Levate, lasciate intiepidire, portate in tavola e servite.

TRA PARENTESI

Attenzione, se utilizzate vasetti con chiusura ermetica, molto carini da portare in tavola, prima di infornare levate la guarnizione di gomma; importante: i vasetti vanno infornati senza chiudere il coperchio.

Occhio di TRIGLIA

"FARE L'OCCHIO DI TRIGLIA" SIGNIFICA GUARDARE QUALCUNO IN MODO LANGUIDO, DA INNAMORATI. NOI, DA INNAMORATI... DEL GUSTO, VI CONSIGLIAMO: NON LIMITATEVI SOLO ALL'OCCHIO, LA TRIGLIA CUCINATELA INTERA!

di FMB - foto di ALESSANDRO ROMITI

Finger di triglie al crudo
(pag. 142)

Sandwich di triglie
(pag. 142)

Finger di triglie al crudo

Ingredienti (per 4 persone)

3 triglie medie già eviscerate
4 fette di prosciutto crudo
1 peperone; 1 pomodoro
1 cipolla; 1 spicchio di aglio
1 peperoncino
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Arrostite il peperone sulla fiamma del fornello, utilizzando uno spargifiamma. Una volta abbrustolito, raccoglietelo in un sacchetto di carta del pane, chiudete e lasciate riposare per una ventina di minuti. Quindi, levatelo, pelatelo, e riducetelo in filetti, eliminando semi e coste bianche interne.

2. Sbollentate il pomodoro, pelatelo, tagliatelo a metà, eliminate semi e acqua di vegetazione e fatelo a dadini. Sbucciate la cipolla, tritatela e fatela appassire in una casseruola con un filo di olio e lo spicchio di aglio schiacciato.

3. Eliminate l'aglio, unite le listerelle di peperone e la dadolata di pomodoro, e lasciate insaporire. Incoperchiate e fate cuocere la peperonata a fuoco dolce per una ventina di minuti. Poco prima del termine, profumate con un po' di peperoncino tritato (secondo il vostro gusto), salate e pepate.

4. Sfilettate le triglie, spellate i filetti ed eliminate eventuali lische residue. Tagliate i filetti in 2-3 bocconcini ciascuno. Avvolgete ogni bocconcino in un po' di prosciutto crudo.

5. Foderate la placca del forno con un foglio di carta forno, distribuite i bocconcini preparati, mettete in forno già caldo a 210 °C e fate cuocere per un paio di minuti.

6. Servite i bocconcini di triglia in piccole ciotoline su un letto di peperonata.

Sandwich di triglie

Ingredienti (per 4 persone)

8 triglie piccole già eviscerate
erba cipollina
olio extravergine di oliva
sale e pepe

per il pâté di olive taggiasche

100 g di olive taggiasche già snocciolate
1 uovo sodo
30 g di capperi sotto sale
1/2 cucchiaio di senape di Digione
olio extravergine di oliva

vi servono inoltre

1-2 zucchine
olive taggiasche già snocciolate
pomodorini piccoli

Preparazione

1. Raccogliete le olive nel bicchiere del mixer, unite l'uovo sodo, i capperi, ben lavati, e la senape, e frullate aggiungendo a filo l'olio necessario a ottenere un pâté omogeneo.

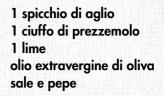
2. Lavate le zucchine, spuntatele, asciugatele e affettatele sottilmente per il lungo. Sbollentatele per un paio di minuti in acqua bollente leggermente salata. Scolatele in acqua e ghiaccio e tenetele da parte. Sbollentate per un paio di minuti anche gli steli di erba cipollina, levateli e teneteli da parte.

3. Sfilettate le triglie, senza spellarle. Farcite i filetti a due a due con un po' di pâté di olive e legate ciascun sandwich con 2-3 steli di erba cipollina. Scaldate un filo di olio in una padella e spadellate i sandwich di triglia 1-2 minuti per parte.

4. Servite i sandwich di triglia nei piattini individuali con a parte il carpaccio di zucchine, condito con un filo di olio, un pizzico di sale, una macinata di pepe e completato con qualche oliva taggiasca e qualche pomodorino tagliato a metà.

Carpaccio di triglie scottato al forno

Ingredienti (per 4 persone)

8 triglie piccole già eviscerate
1 spicchio di aglio
1 ciuffo di prezzemolo
1 lime
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Pulite le triglie, eliminate testa e lisca, spellatele e apritele a libretto. Foderate la placca del forno con un foglio di carta forno.

2. Tritate il prezzemolo e l'aglio. Emulsionate 4 cucchiai di olio con cucchiaio di succo di lime, un pizzico di sale e una macinata di pepe.

3. Distribuite le triglie, ben aperte, sulla placca del forno, profumate con il trito di aglio e prezzemolo, condite con l'emulsione e lasciate riposare per una decina di minuti.

4. Passate in forno già caldo a 140 °C per 5-6 minuti. Trascorso il tempo di cottura, sfornate e servite.

ALICE TV

Gianluca Nosari è in onda con "BUONGIORNO IN CUCINA" tutti i giorni alle 7.30, su Alice tv (canale 221 del digitale terrestre).

Carpaccio di triglie scottato al forno

Cartoccetti di triglie fritte

Ingredienti (per 4 persone)

500 g di triglie piccole già eviscerate
farina
olio di semi di arachide
sale

Preparazione

1. Lavate le triglie, asciugatele con un foglio di carta assorbente da cucina e infarinatele.

2. Scaldate abbondante olio di semi di arachide e friggete le triglie poche per volta, dopo aver eliminato la farina in eccesso.

3. Man mano che sono pronte, scolatele su un foglio di carta assorbente da cucina. Al termine, salatele e servitele immediatamente.

Gianluca Nosari
LE MIE STAGIONI
un anno in cucina

In libreria "Le mie stagioni". Oltre 80 ricette supergustose, divise stagione per stagione! Per una volta, per Gianluca Nosari, non c'è solo il mare! (Sitcom Editore, 19,90 Euro).

Pizza croccantina con peperoni all'aglio (pag. 148)

in TEGLIA!

TRE IMPASTI REALIZZATI AD ARTE – BIANCO, INTEGRALE E CON SEMOLA – DANNO FORMA A SEI PIZZE ALTE, SOFFICI E AL TEMPO STESSO CROCCANTI. TUTTE COTTE IN TEGLIA, ACCOLGONO FARCITURE GOLOSISSIME E GOURMET

a cura della redazione - ricette e foto di **RAFFAELLA CAUCCI**

Pizza mediterranea con pomodorini olive e primosale (pag. 148)

Pizza croccantina con peperoni all'aglio

Ingredienti (per 1 teglia da circa 60x40 cm)

per l'impasto

250 g di semola di grano duro; 250 g di farina 0 (più altra per spolverizzare)
12 g di lievito di birra fresco
370 ml di acqua frizzante
8 g di sale
olio extravergine di oliva

per la farcitura

1 peperone; 2 pomodori a grappolo; 2 spicchi di aglio
1 ciuffo di prezzemolo
olio extravergine; sale

Preparazione

1. Per l'impasto: fate sciogliere il lievito nell'acqua a temperatura ambiente; aggiungete a pioggia le farine, miscelate, e iniziate a impastare. Terminate con 20 ml di olio e il sale, e proseguite a impastare fino a ottenere un composto omogeneo. Formate una palla, trasferitela in una ciotola, ben unta, e coprite con pellicola trasparente. Fate lievitare in un luogo riparato per circa un'ora (temperatura ambiente di circa 22-25 °C).

2. Trascorso il tempo di riposo, capovolgete l'impasto su un piano di lavoro infarinato, schiacciatelo delicatamente con i polpastrelli, senza tirare troppo, avvolgetelo su se stesso e trasferite il rotolo ottenuto nella teglia, ben oliata; condite con un filo di olio, coprite con un foglio di pellicola trasparente e lasciate riposare per 30 minuti in un luogo riparato.

3. Lavate e mondate il peperone e i pomodori, quindi tagliateli a cubetti e conditeli con un pizzico di sale, un filo di olio e il prezzemolo e l'aglio, finemente tritati. Con la punta delle dita stendete l'impasto nella teglia, ungete la superficie, coprite con pellicola trasparente e fate lievitare per 45 minuti.

4. Distribuite il condimento sulla pizza, condite con un filo di olio e infornate a 250 °C per circa 10 minuti (sul livello basso del forno). Spostate la teglia su livello medio alto e proseguite la cottura per altri 10-15 minuti. Sfornate, profumate con il prezzemolo tritato e servite.

Pizza mediterranea con pomodorini olive e primosale

Ingredienti (per 1 teglia da circa 60x40 cm)

per l'impasto

250 g di semola di grano duro; 250 g di farina 0 (più altra per spolverizzare)
12 g di lievito di birra fresco
370 ml di acqua frizzante
8 g di sale
olio extravergine di oliva

per la farcitura

250 g di pomodorini
1 cipolla
200 g di primosale
1 mazzetto di origano
olive nere snocciolate tagliate a rondelle
olio extravergine; sale

Preparazione

1. Preparate l'impasto come nella ricetta precedente. Lavate e tagliate a metà i pomodorini, quindi salateli leggermente e teneteli da parte. Sbucciate la cipolla e tagliatela a rondelle. Con la punta delle dita stendete delicatamente l'impasto nella teglia, ungete la superficie, coprite con pellicola trasparente e fate lievitare per 45 minuti.

2. Distribuite sopra le fettine di cipolla, i pomodorini, le olive a rondelle, un generoso filo di olio e un po' di origano sfogliato. Infornate a 250 °C e fate cuocere per circa 10 minuti (su livello basso del forno). Spostate la teglia su livello medio alto e proseguite la cottura per altri 10-15 minuti.

3. Sfornate, completate con il primosale, tagliato a cubetti, un filo di olio a crudo e un altro po' di origano, e servite.

Pizza bianca con zucchine grigliate menta e pinoli

Ingredienti (per 1 teglia da circa 60x40 cm)

per l'impasto

500 g di farina 0 (più altra per spolverizzare)
12 g di lievito di birra fresco
300 ml di acqua
7 g di sale
olio extravergine di oliva

per la farcitura

250 g di fiordilatte
3 zucchine; 1 ciuffo di menta
40 g di pinoli già pelati
olio extravergine; sale

Preparazione

1. Per l'impasto: fate sciogliere il lievito nell'acqua a temperatura ambiente; aggiungete a pioggia la farina e iniziate a impastare. Terminate con 20 ml di olio e il sale, e proseguite a impastare fino a ottenere un composto omogeneo. Formate una palla, trasferitela in una ciotola, ben unta, e coprite con pellicola trasparente. Fate lievitare in un luogo riparato per circa un'ora.

2. Capovolgete l'impasto su un piano di lavoro infarinato, schiacciatelo delicatamente con i polpastrelli, senza tirare troppo, avvolgetelo su se stesso e trasferite il rotolo ottenuto nella teglia, ben oliata; condite con un filo di olio, coprite con un foglio di pellicola trasparente e lasciate riposare per 30 minuti.

3. Lavate e spuntate le zucchine, quindi tagliatele a fette, grigliatele su una griglia ben calda e salatele. Tagliate a cubetti il fiordilatte e strizzateli.

4. Stendete l'impasto nella teglia, ungete la superficie, coprite con pellicola trasparente e fate lievitare per 45 minuti. Distribuite sopra il fiordilatte, le zucchine grigliate e una parte dei pinoli. Condite con un filo di olio e infornate a 250 °C per circa 10 minuti (su livello basso del forno). Spostate la teglia su livello medio alto e proseguite la cottura per altri 10-15 minuti. Sfornate, guarnite con la menta, i pinoli restanti e un filo di olio a crudo, e servite.

Pizza bianca con zucchine grigliate menta e pinoli

Pizza alla Norma con melanzane fritte basilico e ricotta salata (pag. 152)

Pizza integrale al sapore di tiella barese

(pag. 152)

Pizza alla norma con melanzane fritte basilico e ricotta salata

Ingredienti (per 1 teglia da circa 60x40 cm)

per l'impasto
500 g di farina 0 (più altra per spolverizzare)
12 g di lievito di birra fresco
300 ml di acqua
olio extravergine di oliva
7 g di sale

per la farcitura
250 g di fiordilatte
1 melanzana
1 ciuffo di basilico
300 g di passata di pomodoro
1 spicchio di aglio
ricotta salata
olio di semi di arachide
olio extravergine; sale

Preparazione

1. Preparate l'impasto seguendo la preparazione della pizza bianca con zucchine grigliate. Lavate, spuntate e tagliate a fette la melanzana, quindi salatele, raccoglietele in un colapasta e tenete da parte. Tagliate a cubetti il fiordilatte e strizzatelo delicatamente con le mani; versate la passata in una ciotola e conditela con un pizzico di sale, un filo di olio e lo spicchio di aglio. Friggete le melanzane in olio di semi ben caldo, quindi scolatele e fatele asciugare su carta assorbente da cucina.

2. Con la punta delle dita stendete delicatamente l'impasto nella teglia, ungete la superficie, coprite con pellicola trasparente e fate lievitare per 45 minuti. Distribuite sopra la passata di pomodoro e il fiordilatte, coprite con le fette di melanzana e infornate a 250 °C per circa 10 minuti (su livello basso del forno).

3. Spostate la teglia su livello medio alto e proseguite la cottura per altri 10-15 minuti. Sfornate, guarnite con qualche fogliolina di basilico, spolverizzate con abbondante ricotta salata, grattugiata, e servite.

Pizza integrale al sapore di tiella barese

Ingredienti (per 1 teglia da circa 60x40 cm)

per l'impasto
250 g di farina 0
(più altra per spolverizzare)
250 g di farina integrale
12 g di lievito di birra fresco
300 ml di acqua
olio extravergine di oliva
7 g di sale

per la farcitura
500 g di cozze già pulite
2 patate medie già lessate
2 cipolle; 2 pomodori maturi
1 ciuffo di prezzemolo
200 g di provolone piccante
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Per l'impasto: fate sciogliere il lievito nell'acqua a temperatura ambiente; aggiungete a pioggia le farine, miscelate, e iniziate a impastare. Terminate con 20 ml di olio e per ultimo il sale, e proseguite a impastare fino a ottenere un composto elastico e omogeneo. Formate una palla, trasferitela in una ciotola, ben unta, e coprite con pellicola trasparente. Fate lievitare in un luogo riparato per circa un'ora (temperatura ambiente di circa 22-25 °C).

2. Trasferite le cozze in una padella capiente, incoperchiate e fatele aprire su fiamma vivace per qualche minuto; levate, filtrate il fondo di cottura e tenete da parte. Capovolgete l'impasto su un piano di lavoro infarinato, schiacciatelo delicatamente con i polpastrelli, senza tirare troppo, avvolgetelo su se stesso e trasferite il rotolo ottenuto nella teglia, ben oliata; condite con un filo di olio, coprite con un foglio di pellicola trasparente e lasciate riposare per 30 minuti in un luogo riparato.

3. Tagliate a fette le patate e le cipolle; tagliate a cubetti i pomodori, trasferiteli in una ciotola e conditeli con qualche cucchiaio di fondo di cottura delle cozze, un pizzico di sale e un filo di olio. Unite le cozze, sgusciate, tenendone da parte qualcuna con il guscio per la decorazione finale.

4. Con la punta delle dita stendete delicatamente l'impasto nella teglia, ungete la superficie, coprite con pellicola trasparente e fate lievitare per 45 minuti. Distribuite sopra le fette di provolone e poi quelle di cipolla alternate a quelle di patate. Irrorate con un filo di olio e infornate a 250 °C per circa 10 minuti (su livello basso del forno).

5. Levate la teglia, cospargete la pizza con i pomodori, le cozze e qualche cucchiaio del loro liquido, infornate nuovamente su livello medio alto e proseguite la cottura per altri 10-15 minuti. Sfornate, guarnite con il prezzemolo tritato e un filo di olio a crudo, e servite.

Pizza integrale con salmone affumicato avocado e pepe rosa

Ingredienti (per 1 teglia da circa 60x40 cm)

per l'impasto
250 g di farina 0
250 g di farina integrale
12 g di lievito di birra fresco
300 ml di acqua
20 ml di olio extravergine di oliva
7 g di sale

per il ripieno
250 g di fiordilatte
200 g di salmone affumicato a fette
1 avocado maturo
pepe rosa in grani
olio extravergine di oliva

vi servono inoltre
farina 0
olio extravergine di oliva

Preparazione

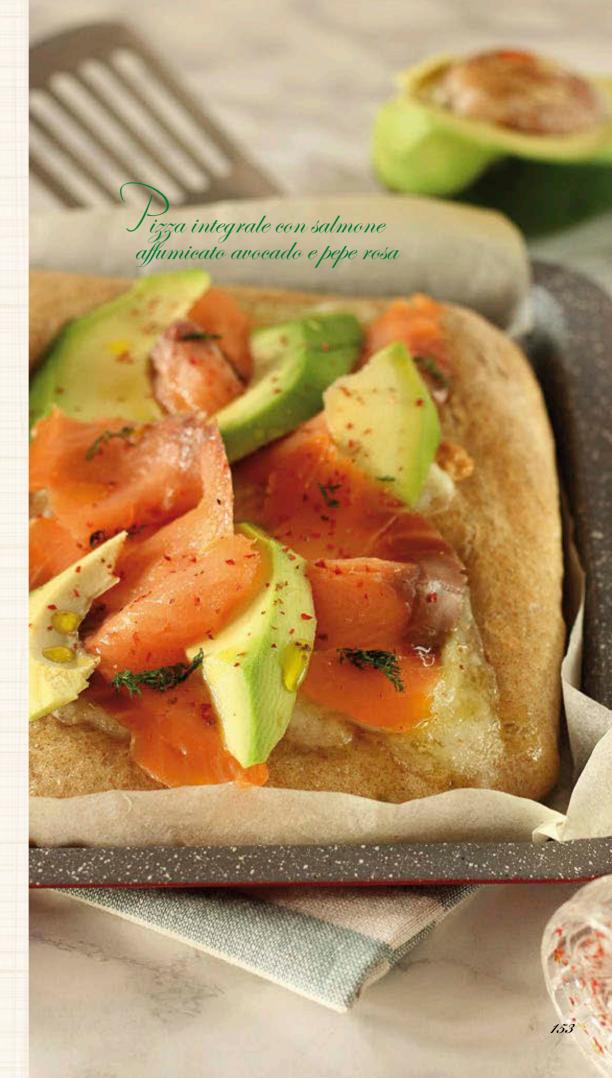
1. Per l'impasto: fate sciogliere il lievito nell'acqua a temperatura ambiente; aggiungete a pioggia le farine, precedentemente miscelate, e iniziate impastare. Terminate con l'olio e per ultimo il sale, e proseguite

a impastare fino a ottenere un composto elastico e omogeneo. Formate una palla, trasferitela in una ciotola, ben unta, e coprite con pellicola trasparente. Fate lievitare in un luogo riparato per circa un'ora (temperatura ambiente di circa 22-25 °C).

2. Trascorso il tempo di riposo, capovolgete l'impasto su un piano di lavoro infarinato, schiacciatelo delicatamente con i polpastrelli, senza tirare troppo, avvolgetelo su se stesso e trasferite il rotolo ottenuto nella teglia, ben oliata; condite con un filo di olio, coprite con un foglio di pellicola trasparente e lasciate riposare per 30 minuti in un luogo riparato.

3. Tagliate a cubetti il fiordilatte e strizzateli delicatamente con le mani. Con la punta delle dita stendete delicatamente l'impasto nella teglia, ungete la superficie, coprite con pellicola trasparente e fate lievitare per 45 minuti. Trascorso il tempo di lievitazione, irrorate con un filo di olio e infornate a 250 °C per circa 10 minuti (su livello basso del forno).

4. Sbucciate l'avocado, eliminate il nocciolo e tagliatelo a fette. Levate la teglia dal forno, cospargete la pizza con il fiordilatte e infornate nuovamente su livello medio alto per altri 10 minuti. Sfornate, distribuite le fette di avocado e fate cuocere per 2-3 minuti. Ultimate con il salmone a fette, un filo di olio a crudo e una macinata di pepe, e servite.

Pizza integrale con salmone affumicato avocado e pepe rosa

PER WINE & FOOD LOVERS

Dal 10 al 19 giugno, a Roma, torna Vinòforum. Per festeggiare la 13esima edizione, la manifestazione dedicata all'**eccellenza enologica e gastronomica italiana** – che si svolgerà in uno "Spazio del Gusto" di 10mila metri quadrati – offre un calendario ricco di eventi e novità. Le etichette presentate in degustazione saranno 2.500, grazie alla partecipazione delle più importanti **aziende vitivinicole italiane** e **internazionali**. Tante le iniziative: i più fortunati potranno cenare con gli chef stellati provenienti dalle principali città europee oppure decidere di partecipare ai food show con chef stellati italiani e maestri pizzaioli d'eccellenza (a partire da 38 euro). Ampio spazio anche ai menu street gourmet preparati dai migliori ristoranti italiani a 4, 5 e 6 euro.

VENTATA DI NOVITÀ

Il Castello di Velona Resort Thermal Spa & Winery – esclusivo Relais cinque stelle nel cuore della Val d'Orcia**,** a Montalcino, in provincia di Siena – riapre per la stagione con un nuovo **chef di fama internazionale**, Mirko Caldino, e **trattamenti spa** innovativi e ispirati alla natura e all'aromaterapia. Altre gustose novità attendono gli appassionati di enogastronomia: un grande Brunello 2011, il vino fiore all'occhiello del Castello, e un pregiato olio extravergine di oliva, ricavato dall'imponente uliveto che circonda la struttura.

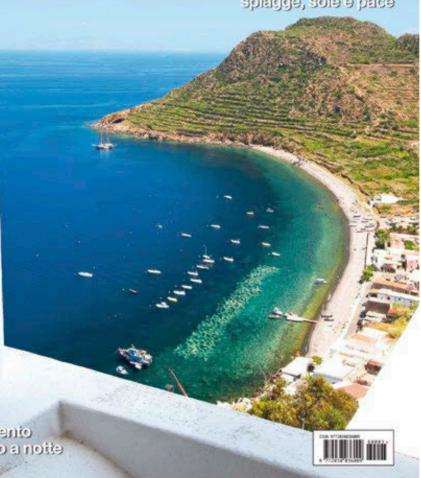
IL CANTO DELLE SIRENE

Situato in una posizione strategica, a pochi passi dal centro storico di **Sorrento**, l'Ulisse Deluxe Hostel offre l'opportunità di vivere un **soggiorno indimenticabile** della città. Inaugurato di recente, l'hotel è dotato di ogni comfort: 50 camere tutte con aria condizionata, minibar e cassaforte, e un centro benessere con spa e piscina convenzionato. La colazione, servita nella sala "Le Sirene", offre uno squisito e ricco buffet dolce e salato. La struttura mette inoltre a disposizione degli ospiti una sala ristorante per eventi e ricevimenti, in cui propone menu ispirati alla tradizione mediterranea e sorrentina.

AGENDA

• Dopo il successo della prima edizione, per un lunedì al mese e fino a gennaio 2017, torna a grande richiesta al Ristorante Borgo San Jacopo - Lungarno Collection di Firenze la seconda edizione di Spoon, la **kermesse di cene** con il fior fiore della cucina stellata e del giornalismo. La carta del menu sarà infatti creata da chef ospiti – che lavoreranno in cucina con lo chef di casa Peter Brunel – e da un giornalista esperto di enogastronomia. Questi i prossimi appuntamenti in calendario: **6 giugno** con gli chef Antonia Klugmann e Marianna Vitale; **4 luglio** con lo chef Massimiliano Mascia.

• Congusto, scuola di cucina milanese, organizza un **campus estivo per bambini** dai 6 agli 11 anni dedicato al mondo alimentare. Oltre alla preparazione quotidiana della merenda, sono previste **attività all'aperto** e **giochi interattivi** per sensibilizzarli sulla raccolta differenziata, l'educazione alimentare, la scoperta delle erbe e le piante dell'orto.

GRISSONI d'ESTATE

COSA C'È DI MEGLIO DI SEI GRISSINI CROCCANTI E GOLOSI? SEI GRISSINI IN FORMATO EXTRALARGE! CONFEZIONATI CON IMPASTI COLORATI E FRAGRANTI, E ACCOMPAGNATI CON SALUMI, FORMAGGI E PESCE, PORTANO LA FIRMA INCONFONDIBILE DI GIOVANNI GANDINO

di EMANUELA BIANCONI; ricette di GIOVANNI GANDINO - foto di RAFFAELLA CAUCCI

Ingredienti

1 kg di farina (200 W)
500 ml di acqua
15 g di lievito di birra
14 g di curry
100 g di ricotta vaccina
50 g di olio extravergine di oliva
25 g di sale
semi di papavero
farina o amido di riso

vi serve inoltre

olio extravergine di oliva

Preparazione

1. Fate sciogliere il lievito nell'acqua. Fate la classica fontana con la farina, miscelata con il curry, unite al centro il lievito sciolto e iniziate a impastare; aggiungete la ricotta, l'olio e infine il sale, e proseguite a lavorare fino a ottenere un composto sodo e omogeneo.

2. Formate una palla, ungetela con un filo di olio e coprite con un foglio di pellicola trasparente. Lasciate riposare a temperatura ambiente per circa 40 minuti. Trascorso il tempo di riposo, ricavate tanti filoncini del diametro di circa 3 cm e poi stendeteli delicatamente e senza esagerare.

3. Passate i grissoni nella farina di riso, miscelata con un po' di semi di papavero, copriteli e lasciateli riposare per almeno altri 40 minuti. Trasferiteli in una teglia, foderata con carta forno, e infornate in forno già caldo, con modalità a vapore, a 200 °C per circa 20 minuti (se non avete il forno a vapore, con uno spruzzino spruzzate un pochino di acqua sulle pareti del forno).

4. Trascorso il tempo di cottura, sfornate e lasciate raffreddare, quindi portate in tavola e servite.

✱ *Giovanni Gandino è maestro panificatore e docente di tecnica molitoria. Consulente di alcune importanti aziende dolciarie e molitorie, per le quali si occupa di "ricerca e sviluppo", è inoltre socio e collaboratore dell'Antim (Associazione nazionale tecnici dell'industria molitoria). Potete scrivergli contattandolo sulla sua pagina Facebook o all'indirizzo e-mail elianto_74@yahoo.it*

TRA PARENTESI
Questi grissoni sono ottimi abbracciati da fette di prosciutto cotto tagliato finemente a mano.

Grissoni pomodoro e mozzarella

TRA PARENTESI
Ottimi al naturale, come semplice e gustosissimo snack.

Grissoni pomodoro e mozzarella

Ingredienti

1 kg di farina di grano tenero (200 W)
500 ml di acqua freddissima
25 g di lievito di birra
100 g di concentrato di pomodoro
400 g circa di mozzarella
30 g di sale
olio extravergine di oliva
farina o amido di riso

Preparazione

1. Fate sciogliere il lievito nell'acqua. Fate la classica fontana con la farina, unite al centro il lievito sciolto e iniziate a impastare; quando l'impasto inizierà a incordarsi, aggiungete il concentrato di pomodoro. Terminate con il sale e proseguite a lavorare fino a ottenere un impasto morbido e omogeneo.

2. Formate una palla, ungetela con un filo di olio e coprite con un foglio di pellicola trasparente. Lasciate riposare a temperatura ambiente per circa 20 minuti. Trascorso il tempo di riposo, lavorate brevemente l'impasto, realizzate tanti piccoli filoncini e schiacciateli leggermente. Dovranno avere un diametro di circa 3 cm.

3. Tagliate la mozzarella a cubetti. Distribuiteli sopra i filoncini e poi arrotolateli inglobando perfettamente la mozzarella al centro dei grissoni. Passateli nella farina di riso e poi strateli leggermente. Disponeteli in una teglia, foderata con carta forno, e lasciateli riposare per almeno 40 minuti.

4. Infornate i grissoni in forno già caldo, con modalità a vapore, a 200 °C per circa 20 minuti (se non avete il forno a vapore, con uno spruzzino spruzzate un pochino di acqua sulle pareti del forno).

5. Trascorso il tempo di cottura, sfornate e lasciate raffreddare, quindi portate in tavola e servite.

TRA PARENTESI
Perfetti con formaggi e insalate, ma eccezionali in abbinamento a qualche fetta di mortadella di Bologna.

Grissoni mais polenta e grana

Ingredienti

800 g di farina (200 W)
200 g di farina di mais
550 ml di acqua
100 g di mais cotto a vapore
15 g di lievito di birra
30 g di olio extravergine di oliva
25 g di sale
100 g di parmigiano grattugiato
farina o amido di riso

vi serve inoltre
olio extravergine di oliva

Preparazione

1. Fate sciogliere il lievito nell'acqua. Fate la classica fontana con le farine, unite al centro il lievito sciolto e iniziate a impastare; aggiungete il parmigiano, l'olio, il sale e infine il mais, e lavorate fino a ottenere un impasto morbido e omogeneo.

2. Formate una palla, ungetela con un filo di olio e coprite con un foglio di pellicola trasparente. Lasciate riposare a temperatura ambiente per circa 40 minuti. Trascorso il tempo di riposo, ricavate tanti filoncini del diametro di circa 3 cm e poi stendeteli delicatamente e senza esagerare. Passateli nella farina di riso, copriteli e lasciateli riposare per almeno 40 minuti.

3. Disponete i grissoni in una teglia, foderata con carta forno, e infornate in forno già caldo, con modalità a vapore, a 200 °C per circa 20 minuti (se non avete il forno a vapore, con uno spruzzino spruzzate un pochino di acqua sulle pareti del forno). Trascorso il tempo di cottura, sfornate e lasciate raffreddare, quindi portate in tavola e servite.

Grissoni castagne e caffè

(pag. 162)

TRA PARENTESI
Ottimi "vestiti" di speck…
Provare per credere!

Grissoni limone e aneto

(pag. 162)

TRA PARENTESI

Spettacolari con fettine di salmone al naturale, possibilmente non affumicato.

Grissoni castagne e caffè

Ingredienti

850 g di farina (200 W)
150 g di farina di castagne
300 ml di acqua
200 ml di caffè lungo freddo
25 g di lievito di birra
25 g di sale; polvere di caffè
olio extravergine di oliva
farina o amido di riso

Preparazione

1. Fate sciogliere il lievito nell'acqua. Fate una fontana con le farine, unite al centro il lievito sciolto e iniziate a impastare; aggiungete il caffè freddo e lavorate ancora. Quando l'impasto sarà bene incordato, incorporate infine il sale.

2. Formate una palla, ungetela con un filo di olio e coprite con un foglio di pellicola trasparente. Lasciate riposare a temperatura ambiente per circa 40 minuti.

3. Trascorso il tempo di riposo, ricavate tanti filoncini del diametro di circa 3 cm e poi stendeteli delicatamente e senza esagerare. Passateli nella farina di riso, miscelata a un po' di polvere di caffè, copriteli e lasciateli riposare per almeno 40 minuti.

4. Disponete i grissoni in una teglia, foderata con carta forno, e infornate in forno già caldo, con modalità a vapore, a 200 °C per circa 20 minuti (se non avete il forno a vapore, con uno spruzzino spruzzate un pochino di acqua sulle pareti del forno). Trascorso il tempo di cottura, sfornate e lasciate raffreddare, quindi portate in tavola e servite.

Grissoni limone e aneto

Ingredienti

1 kg di farina (200 W)
550 ml di acqua
15 g di lievito di birra
50 g di olio extravergine di oliva (delicato); 2 limoni
2 mazzetti di aneto
25 g di sale
farina o amido di riso

vi serve inoltre
olio extravergine di oliva

Preparazione

1. Tritate finemente l'aneto e mettetelo in infusione nell'olio; unite la scorza dei limoni grattugiata, mescolate e fate riposare per almeno 2 ore. Fate sciogliere il lievito nell'acqua. Fate una fontana con la farina, unite al centro il lievito sciolto e iniziate a impastare; aggiungete l'olio con l'aneto e la scorza di limone, e proseguite a impastare.

2. Quando l'impasto sarà ben incordato, terminate con il sale e lavorate fino a ottenere un composto sodo e omogeneo. Formate una palla, ungetela con un filo di olio e coprite con della pellicola trasparente. Lasciate riposare a temperatura ambiente per circa 40 minuti.

3. Trascorso il tempo di riposo, ricavate tanti filoncini del diametro di circa 3 cm e poi stendeteli delicatamente e senza esagerare. Passateli nella farina di riso, copriteli e lasciateli riposare per almeno altri 40 minuti.

4. Disponete i grissoni in una teglia, foderata con carta forno, e infornate in forno già caldo, con modalità a vapore, a 200 °C per circa 20 minuti (se non avete il forno a vapore, con uno spruzzino spruzzate un pochino di acqua sulle pareti del forno). Trascorso il tempo di cottura, sfornate e lasciate raffreddare, quindi portate in tavola e servite.

Grissoni zucchine e zafferano

Ingredienti

1 kg di farina di grano tenero (200 W)
550 ml di acqua fredda
25 g di lievito di birra
4 zucchine medie
50 g di olio extravergine di oliva; 2 bustine di zafferano
30 g di sale; farina o amido di riso

vi serve inoltre
olio extravergine di oliva

Preparazione

1. Lavate le zucchine, spuntatele e tagliatele a julienne fine. Fate sciogliere il lievito nell'acqua. Fate una fontana con la farina, unite al centro il lievito sciolto e iniziate a impastare; aggiungete lo zafferano, sciolto in un goccio di acqua tiepida, e proseguite a lavorare.

2. Quando l'impasto inizierà a formarsi, incorporate le zucchine e l'olio. Terminate con il sale e lavorate fino a ottenere un impasto morbido e omogeneo. Formate una palla, ungetela con un filo di olio e coprite con un foglio di pellicola trasparente. Lasciate riposare a temperatura ambiente per circa 40 minuti.

3. Trascorso il tempo di riposo, ricavate tanti filoncini del diametro di circa 3 cm e poi stendeteli delicatamente e senza esagerare: ricordatevi che dovranno essere dei grissoni. Passateli infine nella farina di riso, che servirà a conferire loro una crosticina friabile: al termine dovrete ottenere dei cilindri omogenei di circa 1,5-2 cm. Copriteli e lasciateli riposare per almeno 40 minuti.

4. Disponete i grissoni in una teglia, foderata con carta forno, e infornate in forno già caldo, con modalità a vapore, a 200 °C per circa 20 minuti (se non avete il forno a vapore, con uno spruzzino spruzzate un pochino di acqua sulle pareti del forno).

5. Trascorso il tempo di cottura, sfornate e lasciate raffreddare, portate in tavola e servite.

Grissoni zucchine e zafferano

TRA PARENTESI
Questi grissoni sono ottimi con formaggi freschi e cremosi.

BISCOTTI GOLOSI

DALLA COLAZIONE FINO ALL'ORA DEL TÈ, OGNI MOMENTO È BUONO PER VIZIARCI CON FRAGRANTI BISCOTTINI FATTI IN CASA. CREATIVI, RAFFINATI E GOLOSISSIMI, VENGONO REALIZZATI DA GIANLUCA ARESU CON FROLLE A BASE DI FRUTTA SECCA O SPEZIE, E SVELANO SORPRESE DI CREMA O MARMELLATA

di **EMANUELA BIANCONI**; ricette di **GIANLUCA ARESU**
foto di **ANTONELLA ARAVINI** (ritratto); foto e styling di **ELISA ANDREINI** (ricette e step);
per le ceramiche si ringrazia Bonetti, Cagliari

Noisettes

Ingredienti

per il pralinato alle nocciole

200 g di zucchero; 50 g di acqua
300 g di nocciole già sgusciate
1 bacca di vaniglia

per la frolla alle nocciole pralinate

180 g di zucchero di canna grezzo
200 g di burro
100 g di pralinato alle nocciole
50 g di uova; 15 g di latte
400 g di farina; 1 g di sale
6 g di baking

vi servono inoltre

marmellata di arancia
cioccolato al latte temperato
cioccolato fondente temperato

Preparazione

1. Per il pralinato alle nocciole: in un pentolino raccogliete l'acqua e lo zucchero, mettete sul fuoco e portate alla temperatura di 118 °C (**foto A**). Nel frattempo tostate le nocciole in forno oppure in una padella antiaderente.

2. Quando lo sciroppo di acqua e zucchero avrà raggiunto la giusta temperatura, unite le nocciole tostate e i semi della bacca di vaniglia, e mescolate fino a quando il caramello avrà raggiunto un bel colore dorato (**foto B**). Stendete il pralinato su un tappetino in silicone (o un foglio di carta forno) e lasciate raffreddare.

3. Per la frolla alle nocciole: raccogliete il pralinato in un mixer da cucina e frullate fino a ottenere una polvere sottile. In una planetaria lavorate il burro con lo zucchero, la polvere di pralinato alle nocciole e il sale (**foto C**).

4. Incorporate le uova e il latte, unite la farina, setacciata con il baking (**foto D**), e impastate fino a ottenere un composto sodo e omogeneo. Formate una palla, avvolgete con pellicola trasparente e fate riposare per circa 6 ore.

5. Trascorso il tempo di riposo, stendete la frolla a uno spessore di 2-3 mm; con un coppapasta ricavate metà dischetti ovali lunghi circa 6 cm e un'altra metà lunghi circa 7 cm. Farcite i più piccoli con la marmellata (**foto E**), quindi coprite con quelli più grandi sigillando bene i bordi.

6. Trasferite i biscotti ottenuti in una teglia, foderata con carta forno, e infornate a 160 °C per circa 15 minuti. Levate e fate raffreddare, glassateli a metà con il cioccolato al latte e poi guarnite con fili di cioccolato fondente (**foto F**). Lasciate rapprendere completamente.

A

B

C

Segreti al cioccolato e rum

Ingredienti

per la frolla alla cannella

200 g di zucchero di canna grezzo
200 g di burro
60 g di zucchero
50 g di uova
15 g di latte
400 g di farina
10 g di cannella in polvere
1 g di sale
6 g di baking

per la ganache al rum

325 g di cioccolato fondente
250 g di panna
25 g di sciroppo di glucosio
25 g di rum

Preparazione

1. Per la frolla alla cannella: in una planetaria lavorate il burro con lo zucchero, lo zucchero di canna, la cannella e il sale (**foto A**); incorporate le uova e il latte, quindi unite la farina, setacciata con il baking (**foto B**), e lavorate ancora fino a ottenere un impasto sodo e omogeneo. Formate una palla, avvolgete con pellicola trasparente e fate riposare per circa 6 ore.

2. Trascorso il tempo di riposo, stendete la frolla a uno spessore di 2-3 mm, trasferite nuovamente in frigorifero e lasciate raffreddare. Con un coppapasta ricavate tanti dischetti da 4 cm di diametro (**foto C**) e appoggiate sopra ai biscotti un silpat microforato. Trasferiteli in una teglia, foderata con carta forno, e infornate a 180 °C per circa 15 minuti. Levate e lasciate raffreddare.

3. Per la ganache al rum: in un pentolino raccogliete la panna e lo sciroppo di glucosio (**foto D**), e portate a bollore; versate il liquido bollente sul cioccolato ed emulsionate per bene. Aggiungete infine il rum (**foto E**) e mescolate ancora, quindi trasferite in frigorifero e fate raffreddare.

4. Per il montaggio: disponete in fila la metà dei dischi di frolla. Aiutandovi con un sac à poche, farciteli con la ganache (**foto F**) e poi chiudete con i dischi di frolla restanti. Lasciate rapprendere completamente e poi servite.

D

E

F

Areselli

Ingredienti

per frolla al cacao
225 g di farina
25 g di cacao amaro in polvere
150 g di burro
100 g di zucchero a velo
15 g di tuorlo
25 g di uova intere

per la ganache allo zenzero
300 g di cioccolato bianco
150 g di panna
20 g di sciroppo di glucosio
4 g di zenzero in polvere

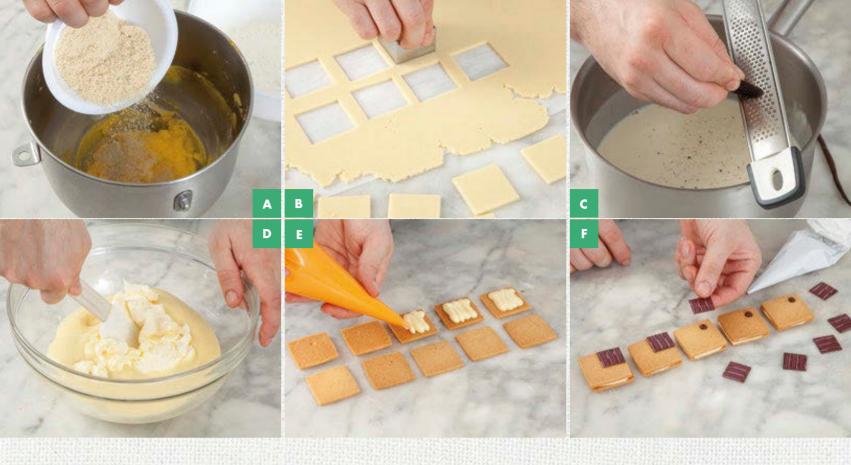
per la decorazione
colorante in polvere color oro

Preparazione

1. Per la frolla al cacao: in una planetaria lavorate il burro con la farina e il cacao fino a ottenere un composto "sabbioso" (**foto A**); aggiungete lo zucchero a velo e amalgamate ancora. Incorporate infine il tuorlo e le uova intere (**foto B**), e impastate ancora fino a ottenere un composto sodo e omogeneo. Formate una palla, avvolgete con pellicola trasparente e fate riposare per circa 2 ore.

2. Trascorso il tempo di riposo, con un matterello da cake design con disegni in bassorilievo stendete la frolla a uno spessore di 2-3 mm (**foto C**). Con un coppapasta ricavate tanti dischetti da 6 cm di diametro e con un coppapasta più piccolo ritagliate un foro centrale su metà dischetti (**foto D**). Trasferiteli in una teglia, foderata con carta forno, e infornate a 180 °C per circa 15 minuti. Levate e lasciate raffreddare.

3. Per la ganache allo zenzero: in un pentolino raccogliete la panna, il glucosio e lo zenzero, quindi mettete sul fuoco e fate scaldare fino alla temperatura di 30 °C. Versate il liquido caldo sul cioccolato bianco temperato (**foto E**) ed emulsionate per bene. Fate raffreddare il composto fino alla temperatura di 22 °C.

4. Per il montaggio: raccogliete la ganache allo zenzero in un sac à poche e farcite i dischetti lasciati interi (**foto F**), quindi chiudete con i restanti e lasciate rapprendere completamente. Una volta freddi, spolverizzateli con un po' di colorante in polvere e servite.

Cuccioli

Ingredienti

per la frolla alle mandorle
150 g di burro
100 g di zucchero a velo
40 g di farina di mandorle
45 g di tuorli
250 g di farina di biscotto; 1 g di sale

per la ganache alla vaniglia e tonka
170 g di burro
170 g di panna
470 g di cioccolato bianco
1 bacca di vaniglia
1/2 fava di tonka grattugiata

vi serve inoltre
cioccolato temperato

Preparazione

1. Per la frolla alle mandorle: in una planetaria lavorate il burro con il sale; unite lo zucchero a velo e amalgamate. Incorporate infine i tuorli e le farine (**foto A**), e impastate fino a ottenere un composto sodo e omogeneo. Formate una palla, avvolgete con pellicola trasparente e fate riposare per circa 2 ore.

2. Trascorso il tempo di riposo, stendete la frolla a uno spessore di 4 mm e con un coppapasta ricavate tanti dischetti da 4 cm di diametro (**foto B**). Trasferiteli in una teglia, foderata con carta forno, e infornate a 180 °C per circa 15 minuti. Levate e lasciate raffreddare.

3. Per la ganache alla vaniglia: in un pentolino raccogliete la panna, mettete sul fuoco e portate a bollore. Unite i semini della bacca di vaniglia e la fava di tonka grattugiata (**foto C**), e lasciate in infusione per 1-2 minuti. Versate la panna bollente sul cioccolato ed emulsionate per bene.

4. A parte lavorate il burro con le fruste elettriche. Quando la ganache avrà raggiunto i 30 °C, incorporate il burro montato mescolando delicatamente (**foto D**). Trasferite il composto in freezer e fate raffreddare per circa 10 minuti. Trascorso questo tempo, levate, trasferite nuovamente nella planetaria e montate con le fruste.

5. Per il montaggio: raccogliete la ganache in un sac à poche con bocchetta liscia, farcite la metà dei dischetti di frolla (**foto E**) e chiudete con i restanti. Colate su un foglio di stampa in serigrafia il cioccolato temperato e stendetelo con la spatola. Fate leggermente cristallizzare, quindi con un coppapasta quadrato ricavate delle piccole cialde e fate raffreddare per bene.

6. Con il cioccolato restante fate una piccola goccia su ciascun biscotto, adagiate la cialda decorata (**foto F**) e lasciate rapprendere completamente prima di servire.

TOUR GOLOSO

ARMANDO PALMIERI, TALENTUOSO PASTRY CHEF IN ONDA SU ALICE TV CON "IL GIRO DEL MONDO IN 80 DOLCI", CI GUIDA ALLA SCOPERTA DEI DESSERT ANGLO-AMERICANI PIÙ RAPPRESENTATIVI. DALLA CHEESECAKE, DELIZIA DI ORIGINE NEWYORCHESE, FINO ALLA CREMA INGLESE LEMON CURD, SONO UNO PIÙ GOLOSO DELL'ALTRO

di EMANUELA BIANCONI; ricette di ARMANDO PALMIERI*
foto di EMANUELA DE SANTIS

Cheesecake ai frutti rossi

(preparazione a pag. 174)

Ingredienti

per la base

250 g di farina debole
100 g di burro chiarificato
70 g di zucchero a velo
50 g di uova intere
5 g di baking
2 g di sale

per il ripieno

375 g di formaggio cremoso spalmabile (cream cheese o quark)
50 g di panna acida o sour cream; 185 g di zucchero a velo
140 g di uova intere
30 g di amido di mais
5 g di estratto di vaniglia naturale
15 g di succo di lime

per la decorazione

200 g di frutti rossi
75 g di zucchero
10 g di amido di mais
10 g di succo di limone
1/2 bacca di vaniglia
scorze di limone

✱ *Di origine napoletana, **Armando Palmieri**, dopo la laurea in "Conservazione dei Beni Culturali", decide di dedicarsi alla sua passione più grande: la pasticceria. Diplomato Maestro Pasticciere alla Boscolo Etoile Academy, lavora per la scuola di cucina Mise en place di Napoli. Svolge uno stage in Francia presso Epicerie Sucrèe Fauchon e, tra le altre cose, diventa Capo Pasticciere al Cotidie di Londra, sotto la gestione di Bruno Barbieri. Vanta diverse collaborazioni sia a livello nazionale sia internazionale, e ha aperto una scuola di pasticceria e cucina a Milano: l'Open Pastry Kitchen.*

Cheesecake ai frutti rossi

Preparazione

1. Per la base: fate la classica fontana con la farina, unite al centro il burro a tocchetti, lo zucchero, le uova, il baking e il sale, e impastate velocemente fino a ottenere un composto sodo e omogeneo. Formate una palla, avvolgete con pellicola trasparente e fate riposare in frigorifero per 1 ora.

2. Trascorso il tempo di riposo, stendete la frolla e foderatevi uno stampo di 20 cm di diametro. Infornate e fate cuocere a 175 °C per 25 minuti. Trascorso il tempo di cottura, levate, lasciate raffreddare e infine sbriciolate il composto.

3. Per il ripieno: in una ciotola mescolate il formaggio con la panna acida e lo zucchero; versate a filo le uova, leggermente sbattute, l'amido, diluito nel succo di lime, e l'estratto di vaniglia, ed emulsionate con un mixer a immersione.

4. Distribuite la base sbriciolata sul fondo di due stampi da 10-12 cm di diametro fino a ottenere uno strato spesso 1 cm; con il dorso di un cucchiaio, compattate e versate sopra il ripieno. Livellate e trasferite gli stampi in una teglia dai bordi alti. Versate l'acqua, fino a metà altezza della teglia, e fate cuocere a 150 °C per 1 ora.

5. Trascorso il tempo di cottura, sfornate e lasciate raffreddare a temperatura ambiente. Nel frattempo in un pentolino raccogliete i frutti rossi e lo zucchero, mettete sul fuoco e fate cuocere per una decina di minuti; aggiungete l'amido, diluito nel succo di limone, e i semi della bacca di vaniglia, e portate a 70 °C. Unite le scorzette di limone, spegnete e lasciate raffreddare. Versate i frutti rossi sulle cheesecake ormai fredde e trasferite in frigorifero fino al momento di servire.

Double chocolate cookies

Ingredienti
(per circa 30 biscotti)

250 g di burro morbido
200 g di zucchero di canna chiaro; 50 g di zucchero
80 g di uova intere
310 g di farina debole
30 g di cacao amaro
12 g di baking o lievito chimico
4 g di sale
150 g di cioccolato fondente in gocce
110 g di cioccolato bianco

Preparazione

1. Lavorate il burro con gli zuccheri fino a ottenere un composto chiaro e spumoso. Versate a filo le uova, leggermente sbattute, e amalgamate. Setacciate la farina con il cacao, il baking e il sale, e uniteli al composto montato.

2. Incorporate il cioccolato bianco, tritato grossolanamente, e mescolate ancora. Formate tante palline in una teglia, foderata con carta forno, aggiungete in superficie le gocce di cioccolato e infornate a 175 °C per circa 20-25 minuti.

3. Trascorso il tempo di cottura, levate e lasciate raffreddare, quindi portate in tavola e servite.

Anzac

Ingredienti
(per circa 20 biscotti)

280 g di farina (180 W)
150 g di fiocchi di avena
110 g di cocco disidratato
145 g di zucchero di canna
180 g di burro
115 g di golden syrup o sciroppo di acero
40 g di acqua
10 g di bicarbonato di sodio
4 g di sale

Preparazione

1. In un pentolino fate fondere il burro con lo zucchero di canna, unite il golden syrup e mescolate per bene fino a formare uno sciroppo. In una ciotola miscelate la farina, i fiocchi di avena e il cocco; unite il composto liquido e amalgamate.

2. In una casseruola scaldate l'acqua con il bicarbonato e il sale. Aggiungeteli al composto, mescolate e lasciate raffreddare. Formate tante palline, distribuitele in una teglia, foderata con carta forno, e schiacciatele con il palmo della mano. Infornate e fate cuocere a 175 °C per circa 20 minuti. Levate, lasciate raffreddare e servite.

Shortbread

Ingredienti
(per circa 25 biscotti)

250 g di burro
110 g di zucchero
360 g di farina (180 W)
1/2 bacca di vaniglia

Preparazione

1. In una planetaria lavorate il burro a 13 °C con la farina fino a ottenere un composto sabbioso; unite lo zucchero e i semi della bacca di vaniglia, e impastate ancora fino a ottenere un composto sodo e omogeneo.

2. Distribuite il composto in una teglia dai bordi di circa 2 cm. Infornate a 165 °C e fate cuocere per circa 25 minuti. Trascorso il tempo di cottura, sfornate e lasciate raffreddare, quindi sformate e tagliate in fiammiferi da 2x8 cm. Portate in tavola e servite.

ALICE TV

Armando Palmieri è in onda con il programma "IL GIRO DEL MONDO IN 80 DOLCI". In onda su Alice tv!

TRA PARENTESI
A piacere, potete aggiungere sulla superficie degli shortbread dei fiocchi di sale di Maldon.

Scones

Ingredienti (per circa 15 scones)

375 g di farina (180 W)
10 g di baking o lievito chimico
7 g di sale
185 g di burro
125 g di zucchero
145 g di latte
60 g di uova intere
5 g di estratto di vaniglia naturale

Ganache al cioccolato fondente

In un tegame raccogliete 250 ml di panna fresca e 30 g di burro, e portate quasi al bollore; togliete il tegame dal fuoco, aggiungete 250 g di cioccolato fondente grattugiato e, mescolando con una frusta, fate sciogliere completamente, quindi fate raffreddare. Mettete il tegame in una pentola con acqua fredda e ghiaccio, e con le fruste elettriche montate fino a ottenere composto cremoso e denso.

Preparazione

1. In una planetaria raccogliete la farina e il baking, versate a filo le uova e il latte, e iniziate a impastare. Aggiungete lo zucchero, il burro, l'estratto di vaniglia e il sale, e proseguite a impastare fino a ottenere un composto sodo e omogeneo.

2. Con l'impasto ottenuto formate dei dischetti spessi circa 2 cm e disponeteli in una teglia, foderata con carta forno. Infornate a 170 °C e fate cuocere per circa 35 minuti. Trascorso il tempo di cottura, sfornate e lasciate raffreddare. Portate in tavola e servite accompagnando gli scones con la ganache e la lemon curd.

Lemon curd

Ingredienti

6 limoni
180 g di uova intere
200 g di zucchero
165 g di burro chiarificato
15 g di amido di mais
5 g di amido di riso

Preparazione

1. Sciacquate accuratamente i limoni, prelevate la scorza esterna e spremetene il succo. Mettete le scorze di limone in ammollo in acqua; miscelate gli amidi e raccoglieteli in un pentolino. Versate il succo di limone, filtrato, le uova e lo zucchero, e mescolate accuratamente.

2. Mettete sul fuoco e fate cuocere fino alla temperatura di 92 °C, mescolando in continuazione. Spegnete, unite il burro chiarificato ed emulsionate. Lasciate intiepidire, quindi distribuite nei vasetti in vetro termoresistenti, sterilizzati, e trasferite in frigorifero. Una volta aperti, si conservano per circa 6 giorni.

DITELO con un DOLCE

NON RIUSCITE A ESPRIMERE A PAROLE CIÒ CHE AVETE NEL CUORE? DITELO CON UN DOLCE, ANZI BEN SEI. DAI DIVERTENTI BISCOTTINI BICOLORE, CON CUI DICHIARARE IL PROPRIO AMORE, FINO AI ROMANTICI TORTINI A FORMA DI CUORE, PER UNA "ZUCCHEROSISSIMA" PROPOSTA DI MATRIMONIO, SONO UNO PIÙ ORIGINALE DELL'ALTRO. TUTTI REALIZZATI DALLA DOLCISSIMA GIULIA STEFFANINA

di EMANUELA BIANCONI; ricette di GIULIA STEFFANINA*
foto di GIORGIA NOFRINI; food stylist ALICE ADAMS

Dimmi di sì

(pag. 183)

✱ *Ospite fissa del programma "Casa Alice", la pasticciera* ***Giulia Steffanina*** *è socia e co-fondatrice della Scuola di Cucina e Pasticceria Les Chefs Blancs di Roma.*

Biscot...ti amo!
(pag. 183)

Newborn cupcake
(pag. 183)

Scusa!

(pag. 184)

Social cake: mi piace!
(pag. 184)

182

Dimmi di sì

Ingredienti

per i tortini
130 g di burro
100 g di zucchero
4 tuorli
4 albumi
20 g di cacao amaro in polvere
30 g di fecola
120 g di cioccolato fondente

per la farcia
250 g di confettura di ciliegie
50 g di cioccolato bianco

per la decorazione
colorante rosso
panna montata
ciliegie

vi servono inoltre
burro
farina

Preparazione

1. Per i tortini: fate sciogliere il cioccolato a bagnomaria. Lavorate il burro con 50 g di zucchero fino a ottenere un composto chiaro e spumoso; unite i tuorli e proseguite a montare. Aggiungete la fecola, il cacao e il cioccolato fuso, e amalgamate accuratamente.

2. Montate gli albumi a neve ben ferma con lo zucchero restante e poi incorporateli al composto, mescolando delicatamente e con movimenti dal basso verso l'alto. Distribuite il composto negli stampini a forma di cuore, imburrati e infarinati, e infornate a 170 °C per circa 40 minuti. Levate e lasciate raffreddare.

3. Sformate i tortini e tagliateli a metà, quindi farciteli con la confettura di ciliegie e il cioccolato, ridotto in scaglie. Chiudete, spalmate un velo di confettura sulla superficie esterna e poi trasferite in freezer per 10 minuti.

4. Colate la glassa sui tortini e lasciateli rapprendere, quindi recuperate la glassa colata e coloratela con un goccio di colorante rosso. Realizzate la scritta, guarnite con un ciuffo di panna montata e qualche ciliegia, e trasferite in frigorifero fino al momento di servire.

Glassa

In un pentolino scaldate 100 g di panna fresca; versate su 300 g di cioccolato bianco tritato ed emulsionate perfettamente.

Biscot...ti amo!

Ingredienti

per la frolla bianca
250 g di farina debole
3 tuorli
80 g di zucchero a velo
160 g di burro

per la frolla al cacao
220 g di farina debole
30 g di cacao amaro in polvere
3 tuorli
100 g di zucchero a velo
160 g di burro

Preparazione

1. Per la frolla bianca: mescolate il burro con la farina fino a ottenere un composto "sabbioso"; aggiungete i tuorli, leggermente sbattuti, e infine lo zucchero, e amalgamate fino a ottenere un composto sodo e omogeneo. Formate una palla, avvolgete con pellicola trasparente e lasciate riposare in frigorifero per almeno una notte intera. Fate lo stesso con la frolla al cacao, aggiungendo al burro e alla farina anche il cacao.

2. Stendete le due frolle allo spessore di 3 mm, quindi con gli appositi tagliapasta ricavate tante lettere, alternando i due colori. Disponetele in una teglia, foderata con carta forno, e infornate a 160 °C per almeno 15 minuti.

3. Trascorso il tempo di cottura, sfornate e lasciate raffreddare. Componete la scritta "ti amo" e portate in tavola.

Newborn cupcake

Ingredienti

per i cupcake al lampone
110 g di polpa di lampone
100 g di zucchero
20 g di burro fuso
1 cucchiaino di lievito in polvere
100 g di farina
1 cucchiaio di latte

per la crema al limone
250 g di latte
70 g di zucchero
2 tuorli
30 g di amido di mais
la scorza di 1 limone

per la decorazione
pasta di zucchero bianca
pasta di zucchero rosa
glassa rosa

Preparazione

1. Per i cupcake: mescolate la polpa di lampone con lo zucchero, il burro fuso e il latte, quindi incorporate la farina, setacciata con il lievito, e amalgamate. Distribuite il composto in uno stampo per cupcake, foderato con carta forno, e infornate a 170 °C per circa 12 minuti. Trascorso il

tempo di cottura, levate e fate raffreddare.

2. Intanto preparate la crema: in un pentolino portate a bollore il latte con la metà dello zucchero e la scorza di limone; lavorate i tuorli con lo zucchero restante, aggiungete l'amido e proseguite a montare. Versate un pochino di latte, filtrato, sulle uova e mescolate per bene. Unite i due composti, rimettete sul fuoco e fate cuocere fino ad addensamento. Fate bollire per un paio di minuti, quindi spegnete e fate raffreddare.

3. Sformate i cupcake e scavate un foro al centro di ciascuno; farcite con la crema al limone e richiudete con il pezzetto tolto. Spalmate un velo di crema sulla superficie e rivestiteli con la pasta di zucchero bianca.

4. Formate un ciuccio con la pasta di zucchero rosa e applicatelo sul cupcake; realizzate la scritta con un po' di glassa rosa e lasciate rapprendere completamente.

Scusa!

Ingredienti

per i tortini

4 tuorli
120 g di zucchero
200 g di carote grattugiate
150 g di farina di mandorle
50 g di farina
16 g di lievito in polvere
4 albumi; burro

per la farcia

65 g di burro a pomata
150 g di formaggio morbido
80 g di zucchero a velo

per la decorazione

zucchero a velo

Preparazione

1. Lavorate i tuorli con 70 g di zucchero fino a ottenere un composto chiaro e spumoso; unite le carote, le farine e il lievito, e amalgamate accuratamente. Montate gli albumi con lo zucchero restante, quindi incorporateli al composto mescolando delicatamente e con movimenti dal basso verso l'alto.

2. Versate negli stampini monoporzione da 10-12 cm di diametro, ben imburrati, e infornate a 170 °C per circa 30 minuti. Trascorso il tempo di cottura, sfornate, lasciate raffreddare e tagliate a metà.

3. Per la farcia: ammorbidite il burro a pomata, quindi lavoratelo con lo zucchero fino a ottenere un composto spumoso. Unite il formaggio morbido a temperatura ambiente e mescolate accuratamente. Farcite le tortine con la crema ottenuta.

4. Su un cartoncino di carta ricavate la scritta e il disegno di una bocca, mettetelo sulle tortine e spolverizzate con lo zucchero a velo. Portate in tavola e servite.

Social cake: mi piace!

Ingredienti

per il pan di Spagna

4 uova
80 g di zucchero
200 g di farina 00
1 vasetto di yogurt bianco
1 pizzico di sale

per la chantilly al limone

100 g di panna montata
curd al limone

per la decorazione

fragole
pasta di zucchero bianca e azzurra

vi servono inoltre

burro
farina

Preparazione

1. Con le fruste elettriche montate le uova con lo zucchero a bagnomaria a 40 °C fino a ottenere un composto chiaro e spumoso. Trasferite il composto in una planetaria e proseguite a montare per almeno 15 minuti. Levate, mettete in una ciotola e incorporate lo yogurt e poco alla volta la farina, setacciata con il sale.

2. Imburrate e infarinate una teglia da 26 cm di diametro. Versate il composto e infornate a 180 °C per circa 20 minuti. Trascorso il tempo di cottura, sfornate, lasciate raffreddare e infine sformate. Per la chantilly al limone: mescolate la panna montata e il curd freddo.

3. Tagliate la torta in tre parti e farcite ciascuno strato con la chantilly al limone e le fragole a pezzettini. Chiudete, spalmate la superficie con un velo di chantilly e adagiate sopra un disco di pasta di zucchero bianca. Con quella azzurra realizzate la classica manina di Facebook e con questa decorate ciascuna fetta di torta. Portate in tavola e servite.

Curd al limone

In una casseruola raccogliete 135 g di zucchero, 168 g di burro, 80 g di tuorli, 40 g di succo di limone filtrato e la scorza grattugiata di 1 limone; mettete sul fuoco e fate cuocere fino ad addensamento. Incorporate 2 g di gelatina, reidratata, e fate infine raffreddare.

Delizia di frolla ai frutti di bosco

(pag. 188)

A SPASSO NEL BOSCO

DISPONIBILI IN QUESTA STAGIONE – IN CUI RAGGIUNGONO PIENA MATURITÀ ED ECCEZIONALE DOLCEZZA –, I FRUTTI DI BOSCO SONO PROTAGONISTI DI UNA PASTICCERIA SEMPLICE E DELICATA. DA INGREDIENTE PRINCIPE DI CIAMBELLE E SEMIFREDDI FINO A DELIZIOSA GUARNIZIONE DI CROSTATE E DOLCI AL CUCCHIAIO, IL MERITO, DI COTANTA BONTÀ, È DI FELICETTA ARGENTINO.

di EMANUELA BIANCONI; ricette di FELICETTA ARGENTINO*
foto di STEFANIA ZECCA

Semifreddo alla menta con frutti di bosco

(pag. 188)

✱ Felicetta Argentino *è di Marzamemi, Siracusa. Grazie alla mamma Irene, cresce con la grande passione per la cucina e diventa una cuoca di ordinaria… virtù! Nel suo home-restaurant "Sapori di casa mia", in un'atmosfera accogliente e familiare, e nella splendida cornice della Val di Noto, propone una ricercata interpretazione della cucina e dei prodotti locali (solo su prenotazione: argentinofelicetta@gmail.com). Attualmente è la cuoca di "Liccamuciula", store e book bar sulla piazzetta di Marzamemi.*

Delizia di frolla ai frutti di bosco

Ingredienti

per la frolla

250 g di farina 00
75 g di zucchero
125 g di burro a temperatura ambiente; 1 uovo
1 tuorlo; 1 limone
1 pizzico di lievito per dolci

per la decorazione

500 g di frutti di bosco
zucchero a velo
foglie di menta e gelsomino

Preparazione

1. Per la frolla: fate la classica fontana con la farina, unite al centro lo zucchero, il tuorlo, l'uovo, il burro a pezzetti, il lievito e la scorza grattugiata del limone, e impastate velocemente fino a ottenere un composto liscio e omogeneo. Formate una palla, avvolgetela nella pellicola trasparente e fate riposare in frigorifero per 30 minuti.

2. Trascorso il tempo di riposo, stendete la frolla con un matterello e trasferitela in uno stampo per crostata da 26 cm di diametro, foderato con carta forno; punzecchiate il fondo con i rebbi di una forchetta. Ritagliate un disco di carta forno, coprite la base di frolla e riempite con i fagioli secchi. Infornate a 180 °C e fate cuocere per circa 15 minuti.

3. Lavate i frutti di bosco e asciugateli delicatamente con carta assorbente da cucina. Trascorso il tempo di cottura, sfornate la frolla, levate i fagioli e la carta forno e rimettete in forno per altri 10 minuti. Sfornate e fate raffreddare, quindi farcite con la crema pasticciera, guarnite con i frutti di bosco e trasferite in frigorifero.

4. Al momento di servire, spolverizzate con un po' di zucchero a velo, ultimate con foglie di menta e gelsomino, e portate in tavola.

Crema pasticciera

Per la crema: in una casseruola fate scaldare 400 ml di latte con 100 ml di panna fresca e la scorza di 1 limone a filetti; nel frattempo lavorate 6 tuorli con 160 g di zucchero, quindi unite 50 g di farina 00 e amalgamate per bene. Appena il latte raggiunge il bollore, versatelo a filo sul composto di tuorli, rimettete sul fuoco a fiamma dolce e fate cuocere, mescolando in continuazione, fino ad addensamento. Versate la crema in una terrina, aggiungete qualche fiocchetto di burro e amalgamate; coprite con la pellicola trasparente, fate intiepidire e mettete in frigorifero per circa un'ora.

Semifreddo alla menta con frutti di bosco

Ingredienti

100 g di frutti di bosco
200 g di ricotta di pecora
100 g di zucchero; 2 tuorli
50 g di mascarpone
1,5 dl di panna fresca
1 cucchiaino di sciroppo di menta; 5 fogli di gelatina

per la decorazione

100 g di frutti di bosco
1 ciuffo di menta

Preparazione

1. Mettete la gelatina in ammollo con l'acqua fredda. Lavate e asciugate i frutti di bosco. In un mixer raccogliete la ricotta, il mascarpone e i frutti di bosco, e frullate per bene.

2. In una casseruola lavorate i tuorli con lo zucchero; unite la panna, mescolate, mettete sul fuoco a bagnomaria e fate cuocere per circa 15-20 minuti fino a ottenere una crema ben addensata. Spegnete, incorporate la gelatina, ben strizzata, unite lo sciroppo di menta e mescolate per bene.

3. Quando il composto si sarà intiepidito, aggiungete la crema di ricotta e amalgamate per bene. Versate il composto in uno stampo antiaderente ad anello, battete per compattare e trasferite in frigorifero per almeno 4 ore.

4. Trascorso il tempo di riposo, sformate il semifreddo su un piatto da portata e guarnite il centro dell'anello con frutti di bosco e foglioline di menta. Portate in tavola e servite.

Clafoutis con mirtilli e more

Ingredienti

600 g di mirtilli e more
2 limoni; 6 uova
160 g di zucchero
7 dl di latte; 250 g di yogurt magro; burro

Preparazione

1. Lavate i frutti di bosco e asciugateli. Lavorate le uova con lo zucchero fino a ottenere un composto chiaro e spumoso. Versate a filo il latte e proseguite a mescolare. Aggiungete la scorza grattugiata dei limoni e lo yogurt, e amalgamate.

2. Imburrate una teglia da 24 cm di diametro e versatevi il composto di uova e latte. Distribuite sopra i frutti di bosco, infornate a 180 °C e fate cuocere per circa 45 minuti.

3. Trascorso il tempo di cottura, sfornate e lasciate intiepidire. Portate in tavola e servite il clafoutis, tagliato a fette.

Clafoutis con mirtilli e more

Ciambella ai frutti di bosco con coulis di fragole

(pag. 192)

Coulis di fragole

Lavate e tagliate a pezzetti 250 g di fragole; raccoglieteli in un mixer e frullateli fino a ottenere una purea omogenea. Filtrate la purea ottenuta, quindi aggiungete 200 g di zucchero a velo e frullate ancora. Unite 2 cucchiai di succo di limone e mescolate per bene.

Coppette di yogurt e frutti di bosco

(pag. 192)

Ciambella ai frutti di bosco con coulis di fragole

Ingredienti

300 g di frutti di bosco
250 g di burro a temperatura ambiente
4 uova; 1 limone
1 bustina di lievito per dolci
250 g di farina 00
1 pizzico di cannella
250 g di zucchero

per la decorazione
frutti di bosco
1 ciuffo di menta

vi servono inoltre
burro; farina 00

Preparazione

1. Lavate i frutti di bosco e asciugateli delicatamente con carta assorbente da cucina. Raccogliete lo zucchero in un mixer da cucina e frullate per renderlo più fine, quasi a velo. Aggiungete il burro morbido, fatto a pezzetti, e proseguite a frullare.

2. Incorporate le uova, mettendone uno alla volta, quindi unite la scorza di limone grattugiata, la cannella, la farina e il lievito, setacciati, e proseguite a mescolare fino a ottenere un composto omogeneo.

3. Versate il composto ottenuto in una terrina. Infarinate leggermente i frutti di bosco, eliminate la farina in eccesso, uniteli al composto e mescolate per bene. Imburrate e infarinate uno stampo a ciambella da 24 cm diametro e versatevi il composto. Infornate a 180 °C e fate cuocere per 40-50 minuti.

4. Trascorso il tempo di cottura, sfornate la ciambella e fatela raffreddare, quindi sformatela e disponetela in un piatto da portata. Guarnite con qualche frutto di bosco, le foglioline di menta e la coulis di fragole, e servite.

Coppette di yogurt e frutti di bosco

Ingredienti (per 4 coppette)

250 g di frutti di bosco
450 g di yogurt greco
100 g di muesli
1 cucchiaio di miele
20 g di zucchero
50 ml di acqua
50 g di cioccolato fondente di Modica
1 ciuffo di menta
amido di mais

Preparazione

1. Lavate i frutti di bosco e asciugateli con carta assorbente da cucina; raccoglieteli in un pentolino, tenendone da parte qualcuno per la decorazione finale, e aggiungete lo zucchero e l'acqua. Mettete su fuoco dolce e fate scaldare per 5 minuti.

2. Quando i frutti di bosco si saranno ammorbiditi, raccoglieteli in un colino e con un cucchiaio schiacciateli per bene così da ottenere una coulis liscia. Sciogliete 2 cucchiaini di amido in un goccio di acqua, mescolate e versate nella coulis, quindi mettete sul fuoco e fate cuocere per qualche minuto fino ad addensamento (se necessario, aggiungete un altro cucchiaino di amido).

3. Versate la crema ottenuta nelle coppette, trasferite in frigorifero e fate riposare per circa 15-20 minuti. In una terrina raccogliete lo yogurt, aggiungete il miele e il cioccolato, tritato finemente, e amalgamate per bene.

4. Trascorso il tempo di riposo, guarnite le coppette con uno strato di yogurt, ultimate con un po' di muesli, i frutti di bosco tenuti da parte e qualche fogliolina di menta, e servite.

Tiramisù di ricotta ai frutti di bosco

Ingredienti (per 4 coppe)

100 g di frutti di bosco
300 g di fragole
500 g di ricotta di pecora
300 g di savoiardi
80 g di zucchero a velo
300 g di yogurt greco
1 limone
20 g di zucchero

per la decorazione
100 g di frutti di bosco
1 ciuffo di menta
scorzette di limone

Preparazione

1. Setacciate la ricotta e raccoglietela in una terrina; unite la scorza grattugiata del limone e lo zucchero a velo, e amalgamate per bene. Aggiungete lo yogurt e mescolate ancora. Lavate e mondate le fragole, quindi frullatene due terzi in un mixer da cucina con lo zucchero e qualche goccia di limone.

2. Versate la purea di fragole ottenuta in un piatto fondo, bagnatevi i savoiardi, da entrambi i lati, e distribuiteli sul fondo delle coppe. Distribuite sopra uno strato di crema di ricotta e uno di purea di fragole, quindi guarnite con le fragole tenute da parte, tagliate a pezzetti, e i frutti di bosco.

3. Ripetete la sequenza degli strati fino a esaurire gli ingredienti e terminando con la crema di ricotta. Trasferite in frigorifero e fate riposare per almeno 3 ore. Trascorso il tempo di riposo, guarnite con frutti di bosco, foglioline di menta e scorzette di limone, e servite.

Tiramisù di ricotta ai frutti di bosco

Melanzane sott'olio
(pag. 196)

PREPARARE LE CONSERVE IN CASA? UNA VERA E PROPRIA CULTURA, TRAMANDATA DI GENERAZIONE IN GENERAZIONE, CHE AFFONDA LE RADICI NELLA TRADIZIONE RURALE ITALIANA. SOTT'OLIO, SOTTO SALE E AL NATURALE, TANTI SONO I METODI PER CONSERVARE GLI ORTAGGI DI STAGIONE, E GODERNE ANCHE QUANDO NON È PIÙ IL LORO MOMENTO… PROVARE PER CREDERE!

di EMANUELA BIANCONI - foto di SABRINA ROSSI e ROSSELLA VENEZIA

L'ARTE di CONSERVARE

Feta e olive taggiasche sott'olio

(pag. 196)

Melanzane sott'olio

Ingredienti per 4-5 vasetti da 250 g

1,5 kg di melanzane
1 l di aceto di vino bianco
2-3 spicchi di aglio
1 ciuffo di basilico
1 rametto di origano
1 peperoncino
olio extravergine di oliva
sale grosso

Preparazione

1. Lavate le melanzane, asciugatele, spuntatele e tagliatele a fette. Scaldate una piastra di ghisa e grigliate le melanzane da entrambi i lati. Man mano che sono pronte, sistematele in un piatto.

2. Versate l'aceto in una casseruola, aggiungete una pari quantità di acqua e un pizzico di sale e portate a bollore. Sbollentate le melanzane per 3-4 minuti, scolatele e tamponatele con un foglio di carta assorbente da cucina. Quindi stendetele su un canovaccio e lasciate asciugare per 5-6 ore (al termine dovranno risultare perfettamente asciutte).

3. Trascorso il tempo, tritate un po' di origano e spezzettate il basilico. Tritate anche l'aglio e il peperoncino (secondo i vostri gusti). Raccogliete tutto in una ciotola, aggiungete abbondante olio, emulsionate e lasciate insaporire per una ventina di minuti.

4. Versate un filo di olio aromatizzato sul fondo dei vasetti sterilizzati e distribuite le fette di melanzana a strati, alternandole sempre con l'olio aromatizzato. Riempite i vasetti fino a un paio di cm dal bordo e colmate con olio per coprire le melanzane.

5. Premetele con un pressino e/o con il dorso di un cucchiaio sterilizzato, per eliminare eventuali bolle d'aria, e tenete da parte un paio d'ore, senza chiudere i vasetti. Trascorso il tempo, se necessario, rimboccate l'olio, quindi chiudete ermeticamente.

6. Pastorizzate i vasetti a 80 °C per una decina di minuti a partire da acqua fredda; spegnete e lasciate raffreddare. Al termine, asciugate i vasetti, etichettateli e conservateli al buio in un luogo fresco e asciutto per almeno un mese.

Feta e olive taggiasche sott'olio

Ingredienti per 4-5 vasetti da 250 g

1/2 kg di olive taggiasche mature
500 g di feta
1 peperoncino
1 spicchio di aglio
1 rametto di origano
1 peperoncino
qualche foglia di alloro
olio extravergine di oliva
sale grosso

Preparazione

1. Lavate e asciugate le olive. Raccoglietele in una ciotola capiente, unite 50 g di sale grosso, e l'aglio a pezzetti. Mescolate, coprite e lasciate riposare per una decina di giorni, girando le olive un paio di volte al giorno.

2. Trascorso il tempo, sciacquate le olive, scolatele, tamponatele con un canovaccio, distribuitele su un altro canovaccio e lasciate riposare per almeno 6 ore (al termine dovranno risultare perfettamente asciutte).

3. Tagliate la feta a cubetti e distribuiteli insieme alle olive nei vasetti di vetro sterilizzati. Profumate con un po' di origano, una foglia di alloro e qualche pezzettino di peperoncino (secondo il vostro gusto) e colmate di olio. Battete i vasetti per eliminare eventuali bolle di aria e lasciate riposare per un paio di ore, senza chiuderli con il coperchio.

4. Trascorso il tempo, se necessario rimboccate l'olio, quindi chiudete ermeticamente. Avvolgete i vasetti in un canovaccio, metteteli in una pentola, coprite di acqua e pastorizzate a 80 °C per una decina di minuti. Poi spegnete e lasciate raffreddare. Al termine, asciugate i vasetti, etichettateli e conservateli al buio in un luogo fresco e asciutto per almeno un mese.

Ravanelli piccanti in agrodolce

Ingredienti per 4-5 vasetti da 250 g

1 kg di ravanelli
aceto di mele
peperoncino
miele
sale grosso

Preparazione

1. Mondate i ravanelli, lavateli, asciugateli e tagliateli a rondelle. Versate in una casseruola 1 l di acqua e 1 l di aceto, aggiungete 1 cucchiaio di sale grosso e 4-5 cucchiai di miele, mettete sul fuoco e fate scaldare.

2. Distribuite i ravanelli nei vasetti di vetro già sterilizzati fino a riempirli, profumate con un po' di peperoncino tritato (secondo il vostro gusto), colmate con il liquido di cottura caldo e filtrato e lasciate raffreddare.

3. Chiudete ermeticamente, avvolgete ogni vasetto in un canovaccio, metteteli in una pentola, portate a ebollizione e sterilizzate per una ventina di minuti. Spegnete e lasciate raffreddare i vasetti nell'acqua. Levateli, asciugateli, etichettateli e riponeteli in un luogo fresco, asciutto e al riparo dalla luce per 3-4 settimane.

Ravanelli piccanti in agrodolce

Datterini gialli e rossi al naturale

Ingredienti per 4-5 vasetti da 250 g

500 g di datterini gialli (delle stesse dimensioni)
500 g di datterini rossi (delle stesse dimensioni)
basilico; sale

Preparazione

1. Staccate il picciolo dai pomodorini. Lavateli, asciugateli molto bene e punzecchiateli in 2-3 punti con un ago da lana.

2. Distribuite i pomodorini (senza mischiarli per colore) nei vasetti di vetro già sterilizzati: metteteli il più possibile gli uni vicino agli altri arrivando fino al bordo dei vasetti. Profumate con una fogliolina di basilico, colmate con acqua bollente leggermente salata e chiudete ermeticamente.

3. Avvolgete ogni vasetto in un canovaccio, metteteli in una pentola, portate a ebollizione e sterilizzate per una mezz'ora. Spegnete e lasciate raffreddare i vasetti nell'acqua. Levateli, asciugateli, etichettateli e riponeteli in un luogo fresco, asciutto e al riparo dalla luce per almeno 3-4 settimane.

I NOSTRI LIBRI

IL LIBRO DELLA COZZA

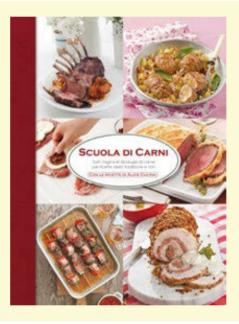
Dentro la conchiglia non hanno una perla… ma qualcosa in più! La cozza ha un sapore unico che consente dieci, cento, mille idee in cucina. E come le sue cugine predilette… le vongole e le ostriche. Che siano l'ingrediente principale su cui costruire le vostre ricette… o semplicemente uno dei tanti elementi, i mitili hanno il potere di sposarsi al meglio con ortaggi, verdure, spezie, riso, pasta, legumi, frutta secca, aglio, cipolla… e chi più ne ha più ne metta. Più di cinquanta ricette della tradizione mediterranea per imparare e divertirsi a fare della cozza… la più bella dama della vostra cucina!

LT Editore - 14,90 euro

SCUOLA DI CARNI

Più di 150 ricette con carni di ogni qualità e tipologia, accompagnate da procedimenti fotografici, step by step. Tutto questo e molto di più nella "Scuola di Carni", una raccolta di piatti gustosi e invitanti, adatti alla cucina di tutti i giorni ma anche ai pranzi e alle cene d'occasione. Dalle preparazioni più sostanziose ed elaborate, quindi più adatte alla stagione invernale, fino a quelle sfiziose, fresche e leggere. Perfette per la stagione che stiamo vivendo!

LT Editore - 24,90 euro

Tutti i tagli, le tecniche di cottura e tantissime ricette invitanti…

FANTASIE DI PIZZA

Dopo il successo del primo libro, Antonio Esposito continua a deliziarci con le sue insuperabili pizze d'autore. Napoletano verace e pizzaiolo da oltre venti anni, in questo volume ci insegna a stupire i nostri ospiti con impasti originali, forme, condimenti e farciture che innalzano la pizza a portata di alta cucina. L'autore fornisce poi a tutti i lettori tanti consigli e suggerimenti per ottenere pizze favolose anche nel forno di casa.

LT Editore - 18 euro

IL LIBRO DEI BISCOTTI

Frollini classici al cacao e panna, golosi agli arachidi, piccoli omini al pan di zenzero, madeleines al caffè e mele e una ricca selezione di preparazioni tipiche regionali. Biscotti da colazione, da tè, da dopocena o da merenda, ideali sempre! Per stuzzicare il palato, per giocare con le decorazioni e per godervi una pausa tutta casalinga.

LT Editore - 14,90 euro

IL LIBRO DELLA MERENDA

Tantissime ricette casalinghe, dolci e salate, per un momento di ghiotto relax quotidiano. Un ricettario destinato perlopiù alle mamme e ai bambini, ma, perché no, anche a tutti gli adulti che vogliono viziarsi un po'. Tutte le ricette delle merendine più famose in versione casalinga, torte e ciambelloni, tramezzini, frullati e molto altro.

LT Editore - 14,90 euro

OROSCOPO | LE STELLE DI ALICE
di SUSY GROSSI

IL SEGNO GOURMET DI... GIUGNO

 AMORE LAVORO

GEMELLI
21 Maggio - 21 Giugno

Siete concentratissimi e pieni di volontà di farcela. Inizierete il mese di Giugno con una determinazione che porta con sé lo sforzo di condurre finalmente a felice conclusione ciò che avete iniziato da qualche tempo.

Amore: l'amore sarà una molla importantissima e solidissima per tutto il vostro comportamento. Lo dicono Sole e Venere, complici e alleati.

Lavoro: vincere un coriaceo e prolungato braccio di ferro è nelle vostre intenzioni, anche se le stelle non sarebbero d'accordo!

Astrocenate con: colazioni di lavoro si susseguiranno una dopo l'altra, e rischiate di veder gente solo per ragioni professionali. Concedetevi delle pause e dei momenti di relax!

ARIETE
21 Marzo - 20 Aprile

Proseguirete nei vostri progetti.
Amore: con chi amate il dialogo è facile e immediato...
Lavoro: la fortuna potrebbe decide di sfiorarvi. Cogliete la palla al balzo!
Astrocenate con: per stringere alleanze e per formulare solidi patti, di notevole spessore, la tavola è l'ideale.

TORO
21 Aprile - 21 Maggio

Momento magico per vivacità e per occasioni promettenti.
Amore: seguite gli stessi impulsi e avete dalla vostra il pieno favore della persona amata.
Lavoro: opportunità e svariate possibilità di ampliamento...
Astrocenate con: avverrano con i piedi sotto il tavolo le occasioni di accordi interessanti...

CANCRO
22 Giugno - 22 Luglio

Inossidabile grinta e capacità difensive di primordine.
Amore: sarete voi a dettare legge. Il partner si arrenderà alle vs qualità predominanti.
Lavoro: ottime le relazioni pubbliche e gli incontri professionali...
Astrocenate con: riservate la gioie della tavola a occasioni personali e familiari.

LEONE
23 Luglio - 22 Agosto

Accettate le sfide celesti!
Amore: avete la certezza che il partner è al vs fianco sempre, quantunque e dovunque.
Lavoro: un buon affare è irrimandabile e deve essere concluso.
Astrocenate con: aumentare la popolarità personale e allargare i consensi? Dove meglio che in occasioni sociali ad hoc?

VERGINE
23 Agosto - 22 Settembre

I nodi di una situazione intricata vengono al pettine.
Amore: la lucidità mentale di questa fase è alla base di una speciale relazione a due.
Lavoro: vi aspetta una scelta importante...
Astrocenate con: coinvolgete gli altri con una buona comunicativa e precise tentazioni culinarie.

BILANCIA
23 Settembre - 22 Ottobre

Preparatevi a nuovi e coinvolgenti cimenti!
Amore: sole e Venere creano una atmosfera brillante nelle questioni a due.
Lavoro: difendete a spada tratta i vs sacrosanti diritti!
Astrocenate con: lo sapete che i vs inviti sono ambitissimi e occasioni di invidie? Centellinateli!

SCORPIONE
23 Ottobre - 21 Novembre

Marte vi regala una grandissima risolutezza.
Amore: la forte attrazione reciproca è il collante di un legame profondo e piacevole.
Lavoro: occorre andare sul pratico e iniziare finalmente le danze!
Astrocenate con: Marte vi rende troppo diretti per essere sul serio dei buoni anfitrioni...

SAGITTARIO
22 Novembre - 21 Dicembre

Evitate l'eccessivo rigore e la mancanza di diplomazia.
Amore: i sentimenti non si programmano con largo anticipo!
Lavoro: il dettagliato planning della primavera-estate necessita di qualche lieve aggiustatina.
Astrocenate con: per socializzare con gli astanti, abolite pranzi che durino un quarto d'ora.

CAPRICORNO
22 Dicembre - 20 Gennaio

Nella prima parte del mese concluderete accordi e affari ottimi!
Amore: il legame ha una bella sintonia e consonanza.
Lavoro: intuirete prima degli altri una opportunità improvvisa e vantaggiosa.
Astrocenate con: i patti e le alleanze attuali saranno duraturi e soddisfacentissimi!

ACQUARIO
21 Gennaio - 19 Febbraio

La serenità del periodo è supportata dall'alleanza di Sole e Venere.
Amore: far capire al partner quanto sia importante non è mai stato così immediato e semplice.
Lavoro: ottimo il progetto di lavorare in tandem con il partner.
Astrocenate con: le serate siano un tesoro prezioso da condividere in due...

PESCI
20 Febbraio - 20 Marzo

I cambiamenti che vorreste attuare sono ancora da limare.
Amore: è comunicazione, identità di vedute, affiatamento e analoghe speranze.
Lavoro: potrebbe essere opportuno investire più tempo e impegno.
Astrocenate con: in ottima compagnia anche i menu più spartani sono occasioni da re!

Taccole al naturale

Ingredienti (per 4-5 vasetti da 250 g)

1 kg di taccole
alloro
cipolla
prezzemolo
sale

Preparazione

1. Fate bollire per una decina di minuti 3 l di acqua con 5-6 foglie di alloro, un ciuffo di prezzemolo, 1 cipolla, tagliata a pezzi, e una presa di sale. Mondate le taccole, lavatele e asciugatele.

2. Filtrate il liquido, rimettete sul fuoco, aggiungete le taccole e lessatele per un paio di minuti. Scolatele e distribuitele nei vasetti già sterilizzati fino a riempirli. Colmate con il liquido di cottura bollente e chiudete ermeticamente.

3. Avvolgete ogni vasetto in un canovaccio, metteteli in una pentola, portate a ebollizione e sterilizzate per una mezz'ora. Spegnete e lasciate raffreddare i vasetti nell'acqua. Levateli, asciugateli, etichettateli e riponeteli in un luogo fresco, asciutto e al riparo dalla luce per almeno un mese.

Foto di Rossella Venezia

DISPENSA

DEVELEY
www.delevey.it

SANTA MARGHERITA
www.santamargherita.com

SARCHIO
www.sarchio.com

SILIKOMART
www.silikomart.com

VI.P - MELE DELLA VAL VENOSTA
www.vip.coop.it

ENOGASTRONOMIA

CONGUSTO
Via Davanzati, 15 - Milano
Tel. 02 897858
www.congusto.com

LE OFFICINE DEL GUSTO
via Conca d'Oro, 260 - Roma
tel. 392 3833293
(orari di apertura: 7.30 - 13.30; 16.30 - 20.00)
www.officinegustoenotecaroma.com

LES CHEFS BLANC - OFFICINE FARNETO
via dei Monti Della Farnesina, 77 Roma
tel. 348 3609695 - 333 1273944
tel. 0683396746 int. 271
www.leschefsblancs.it

MASSIMO MALANTRUCCO CHEF
www.massimomalantrucco.it

OPEN PASTRY KITCHEN
www.openpk.it

SAPORI DI CASA MIA - HOME RESTAURANT
Felicetta Argentino
tel. 393 1982487
felicetta.argentino@virgilio.it

VINÒFORUM - SPAZIO DEL GUSTO
Via Giuseppe Dezza, 17 - Roma
tel. 06 21117894
www.vinoforum.it

IDEE CASA

BONETTI CASA
Viale Monastir km 10, 150 - Sestu (CA)
Tel. 070 22871
www.casaingross.eu

CILIO
www.cilio.de

EMILE HENRY
www.emilehenry.com

FRATELLI GUZZINI
www.fratelliguzzini.com

GEFU
www.gefu.com

IPAC
www.ipacitaly.it

MAIUGUALI
www.maiuguali.it

MICROPLANE
www.microplane.com

NOVITÀ HOME
www.novitahome.com

VALIRA
www.valira.com

VILLA D'ESTE HOME TIVOLI
www.villadestehometivoli.it

ZAK!DESIGNS
www.zak.com

RISTORANTI E HOTEL

CASTELLO DI VELONA RESORT THERMAL SPA & WINERY
Località La Velona - Montalcino (Si)
tel. 0577 839002
www.castellodivelona.it

OSTERIA DEL PESCATORE
via Po, 14 - Castelvetro Piacentino (Pc)
tel. 0523 824333

RISTORANTE BORGO SAN JACOPO - LUNGARNO COLLECTION
Borgo San Jacopo, 62/red – Firenze
tel. 055 281661
www.lungarnocollection.com/it/borgo-san-jacopo

RISTORANTE CHINAPPI FORMIA
via Anfiteatro, 8 - Formia (Lt)
tel. 0771 790002
www.chinappiformia.it

ULISSE DELUXE HOSTEL
Via del Mare, 22 - Sorrento (Na)
tel. 081 8774753
www.ulissedeluxe.com

A-E

F-Q

R-Z

NEL PROSSIMO NUMERO
Alice Cucina
PARTY on the BEACH
Medaglioni alla parmigiana
IN EDICOLA DA FINE MAGGIO

I COLORI DELLA CUCINA
RIPIENI GOLOSI
PIÙ PAGINE
PIÙ RICETTE
PIÙ IDEE
ALLEGATO
IL PROSSIMO MESE
AD ALICE CUCINA
Alzi la mano chi non si è mai lasciato ingolosire dalla vista di una teglia di zucchine ripiene, presenza immancabile sui banconi delle rosticcerie nella bella stagione. Vederle e volerle è sempre un tutt'uno! Lo stesso dicasi per altri ortaggi farciti come melanzane, peperoni, pomodori… A renderli golosi, ovvio, il ripieno, che li trasforma in autentici scrigni di bontà. Proprio il ripieno è il goloso fil rouge che lega le preparazioni protagoniste del prossimo Colore della cucina. Un volume irresistibile, ricco, pardon, ripieno com'è di bontà a non finire. Non perdetelo!
PRENOTALO SUBITO IN EDICOLA
A SOLI 4,40 EURO
(oltre al prezzo di copertina)
I COLORI DELLA CUCINA DIVENTANO ANCORA PIÙ RICCHI!!!

visibile su digitale terrestre (canale 221) e su pc, smartphone e tablet su www.italiasmart.tv

Menu à la carte

I PIATTI DI ALICE

I MENU DEL MESE

La "buona" stagione

Blu marine

Brunch d'estate